

ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ગૂજરાતી કૉપીરાઇટ વિભાગ]

અનુક્રમાંક ૯૪૩૧૨ કિંમત

ગ્રંથનામ દંપતિ- સુખ

વર્ગિક ૬૫:૫૭

किंमत ३१ पांय



२५३१२

**Published By Nandlal Mohanlal Thakkar. N. M. Thakkar
& Co. 140 Princess Street, Bombay 2. & Printed By M. E.
Karim, De Lux Printers. 133 A Victoria Garden Road,
Byculla Bombay 27.**

1945

આમુખ

દેવાળું કાઢી દીવાળી કરવી નહિં.

સમજ્યા વગર સાસરે જવું નહિં.

માખાપને દુલવી સાધુ થવું નહિં.

સંતોષી જીવન અને દામ્પત્ય સુખ (દંપતી સુખ) માટે ઉપરની નાની પણ સુંદર ઉક્તિ ધણું કહી જાય છે. સ્ત્રી પુરુષનો મન મેળ ન હોય એથી મ્હોટું દુઃખ જગતમાં એકેય નથી. દંપતી સુખ જળવવા સ્ત્રી પુરુષે પોતાના શરીર અને મન પ્રફુલ્લ અને નિરોગી રાખવાની ખાસ જરૂર છે. બહારનો વિલાસ વૈભવ તે માટે જોવાની જરૂર નથી. અને આજના તે વિલાસ અને વૈભવથી સ્ત્રી અને પુરુષ શરીરે અને મને છેવટે દુઃખી થાય છે.

આ પુસ્તકમાં દાંપત્ય જીવનના શાસ્ત્રીય જીવનની ચાવી છે. કહેવાતી શિષ્ટતા અને શરમ ખાતર આપણી ઇચ્છા હોવા છતાં અમુક વાન જોને ગુપ્ત કહેવાય છે તે કહેતાં અને જણાવતાં આપણે રા. ... એ છીએ અને પરિણામે જીવન કઠંગુ અને દર્દભર્યું બની જાય છે.

સ્ત્રી અને પુરુષ એટો સૃજન જીની બેલડી—(દંપતી) છે. હજારો સંત અને સાધુઓએ નારી પ્રત્યક્ષ રાક્ષસી કહી છતાંય એ બેલડીમાં કાંઈ ફેર પડ્યો નથી. પુરુષે હંમેશાં આનુરતાથી પોતાના સ્નેહનો ભોગ એને ધર્યો છે.

બેસદીઓ પહેલાં અગર સૈકાઓ પહેલાં જે શરીર અને શારીરિક સંબંધોના તંદુરસ્તીના વિચારો અને જ્ઞાન હિંદની પ્રજા ધરાવતી હતી તે આજે નથી. આપણું મન મેલું થતા કે પરદેશીઓના વારંવાર આક્રમણથી ધણું ખોવાઈ ગયું અને ભુલાઈ ગયું અને જ્યારે મનુષ્ય જાગવા માંડ્યો ત્યારે તે ભુલો પડ્યો. કેટલાક સુંદર ડોશીમાનાં ટુચકા પણ ભુલાઈ ગયા છે. જેમકે—તેલથી શરીરની કાંતિ અને સંતતિ નિયમન થાય છે.—અર્થાત્ જો સ્નાન કરતાં પહેલાં શરીરે તેલનું મર્દન કર્યું હોય તો શરીરની ચામડી સુંદર અને મુલાયમ રહે. ખસ ખુજલી તળવગેરે ત્વચા રોગ ન થાય. અને રૂનું મ્હોટું પુમકું થોડા તેલમાં બોળી સ્ત્રી પોતાના ગુપ્ત ભાગમાં રાખે તો સંતતિ નિયમન થાય છે. તેલની ચિકાશમાં વીર્ય પોતાની શક્તિ ગુમાવે છે.

આવા અજ્ઞાનને અંગે નજીવા રોગને ખાતર આપણે વૈદ્ય કે

ડોક્ટરને ત્યાં દોડવું પડે છે. અને જ્યારે કોઈને કાંઈ સુચના કરીએ તો કહે—“એનાથી શું થાય—તંદુરસ્તી માટે પૈસા ન ખરચીએ તો ક્યારે ખરચીએ” અગર તો કાંઈ વિચિત્રજ જવાબ મળે છે.

અશક્તિ અને અતંદુરસ્તી રહેવાનું કારણ કુદરત તરફની મનુષ્યની બેદરકારી કે અતિશયપણું. પછી લલે તે ગમે તે વિષયમાં હોય—નિદ્રા, આહાર, કામ, ક્રોધ, આનંદ, ઉદાસી—કુદરતે અપેલા હવા, પાણી અને પ્રકાશ એનો ઉપયોગ આજનો માનવી બરાબર કરી શકતો નથી, અગર કરતોજ નથી. વ્યાયામ, ખુલ્લી હવા, ઉંડો શ્વાસોચ્છવાસ, શરીરપર સૂર્યનો પ્રકાશ, પ્રકુલ્લ ચિત્તે ખુલ્લી હવામાં દિવસમાં બે માઇલનો પ્રવાસ ધણા જરૂરના છે. વ્યાયામમાં પણ અતિશયતાથી દૂર રહેવું. શરીરને કપડાંથી લાદવાની જરૂર નથી. હિમાલયની તલેટીના કેટલાક પ્રદેશો અને પર્વત પરના પ્રદેશો ઊંડી હિંદમાં કોઈ એવા દેશો નથી કે જ્યાં અતિ કપડાં કે ગરમ કપડાંની જરૂર પડે. ઉપરાંત આજના આર્થિક મોંઘવારીના જમાનામાં તે જીવનને વગર કારણે ખર્ચાળ બનાવી દે છે, આપણે આજુબાજુ નજર કરીશું તો માલમ પડશે કે શહેરનો સ્ત્રી અને પુરુષ વર્ગ કેટલા નકામા કપડાનો દોરો કરે છે. ફેશનને નામે કેટલો ખર્ચો કરે છે. અને તે સુંદર દેખાતા શરીર પાછળ રોગીષ્ટ શરીર હોય છે એ પણ આપણે ક્યાં નથી જાણતા ?

આજે આ વિલાસ અને ફેશન અંગે થતી શરીર અને મનની હાનિ ગામડાઓમાં પણ પ્રસરવા માંડી છે. ગામડાઓએ પોતાના પુરાણા સુંદર દેહ અને રૂપ તેમજ આત્મા પણ ગુમાવવા માંડ્યા છે.

શરીર સુખી હોય તોજ દાંપત્ય સુખ ટકે છે. શરીરની ત્વચા સાફ રાખવી, અને ગુપ્ત અંતર ભાગો અંદરથી સ્વચ્છ રહે તો મનુષ્ય શરીરે સુખી રહે છે. પુરુષમાં પુરુષત્વ અને સ્ત્રીમાં સ્ત્રીત્વ હોય, મન પ્રકુલ્લિત હોય અને આદર્શ સારા હોય તો જીવન જીવવા જેવું રહે છે. નહિ તો તેને જીવી નાંખવું પડે છે. આહાર અતિશય ન કરવો, ઘી કે ખાંડની ખોરાકમાં વધુ પ્રમાણની જરૂર નથી. ઉત્તરના કેટલાક ગ્રામ્ય ભાગો અને દક્ષિણમાં જીવાર કે બાજરીનો રોટલો અને સાથે કાંદો અને લસણની ચટણી ખાનાર, કે ઘઉંનો રોટલો કાંદા અને દાળ સાથે ખાનાર પણ શરીરે અને ઘણે ભાગે આત્માયે પણ તંદુરસ્ત હોય છે સ્ત્રી પુરુષના જીવનને પણ તેમને સારો ખ્યાલ હોય છે. આજે શહેરના ઝગઝગાટમાં તે થોડે ઘણે અંશે ભુલાવા માંડ્યા છે.

યોગ્ય અવસ્થામાં ઉભયની ઇચ્છાથી થતા શરીર સંબંધથી પુરુષ કે સ્ત્રીને શારીરિક વિકૃતિ આવતી નથી. સંસારમાં રહેતા સ્ત્રી પુરુષને જેમ કાયદો અને અન્ય નીતિ નિયમ જાણવાની જરૂર રહે છે તેમ સુંદર જીવન અને સુંદર સંતતિ માટે ગુપ્ત શારીરિક શાસ્ત્ર પણ જાણવાની જરૂર છે. આપણા ડાક્ટર કે વૈદ્ય પણ આ ગંભીર વિષયનું અદ્યતન જ્ઞાન ધરાવે છે. પરંતુ હવે તેમને આ જ્ઞાનની જરૂરીયાત જણાઈ છે અને આ વિષયના ખાસ ડોક્ટરો થોડા બહાર પડતા થયા છે. બાકી ઘણા તો—જાણીએ છીએ—એકદમ ખાનગી—કહી દરદીનું શરીર ઉલટું ખરાબ કરી મુકે છે. આ પુસ્તક વાંચતા જણાશે કે થોડીકજ માહિતીનું અજ્ઞાન કેટલા લયંકર પરિણામો લાવી મુકે છે.

અને શિષ્ટતા એટલે શું ? ખુલ્લા ઘાટની ઉપરનો મધ્ય ભાગનો સ્તન પ્રદેશ દેખાડતી ચોળી કે બારીક કપડામાંથી સાફ શરીર દેખાડતાં કપડાં, કે પટીવાળા કપડાથી સ્તન, કમ્મર, વાંસો અને ધુટણ સુધી પગ દેખાડતાં કપડાં, કે આજની છોકરીઓને નાચ શીખવા માટે ફેશનને નામે પહેરાવવામાં આવતા હીંડોળાની બુલના જેવા રંગ બેરંગી મોંઘા કપડા કે જે શરીરને ઘણીવાર કઢંગી રીતે ખુલ્લુ મુકે છે અને આપણે કહેવાતાં નૃત્યને નામે શરીર અને મન બંને કલુષિત કરીએ છીએ. આજના દંપતીઓ નૃત્ય અને મુશાયરાને નામે કંઈ સંગીતમય કરવા માંગે છે પરંતુ શરીર અને આત્મા બંને વેચી નાંખે છે અને શરીર રોગી કરી મુકે છે. તમે મોટા શહેરોમાં જીવો—એ ફેશન કે શોખને માટે સ્ત્રી અને પુરુષો કેટલે અંશે રોગી થાય છે.

હસ્તમાં હસ્ત લાઇ ફરતાં ફેલેજના યુવાન યુવતિઓ, શૃંગારથી લલ્લપટી વાતો કરતી અપકવ યુવાન પ્રજ્ઞ-આજના પ્રેમનો સીનેમા શું તેમને શિષ્ટતા શીખવે છે? આજના મોટા કે નાના યુવાનોની ટ્રંક અને કપાટો તપાસો—તેમાં તમને કામ શૃંગારના ભિન્ન ભિન્ન પુસ્તકો અને સીનેમા-નટીઓનાં ચિત્રો મળી આવશે. સીધી રીતે દાંપત્ય જીવન બતાવતું એકેકે પુસ્તક તે જાણતો નથી કે મેળવી શકતો નથી. પ્રેમના ગાયનો ગાતા નટ નટીઓના ચિત્રો અભ્યાસ કે શયનગૃહમાં રાખી મુકતી આજની પ્રજા જીવે. આ બધામાં કયાં શિષ્ટતા કે સુખી દાંપત્ય જીવન દેખાયું ? યુવાન મનને ગમે તેવા કામુક વિચારોમાં રાખવું યોગ્ય નથી. અને આજના આ અબ્યાધિત શૃંગાર કે અબ્યાધિત સંતતિ ઉત્પન્નના લયંકર પરિણામો હિંદને આવતા ૧૦ વર્ષ બાદ અને ૨૦ વર્ષના ગાળાની અંદર જાણવાના મળશે.

શૃંગારીક નવલકથા કે ચિત્રોને બદલે યુવાનોને આવા સાદા પુસ્તકોથી કે પ્રચાર ચિત્રોથી થોડું ધણું જ્ઞાન આપવું કે તેમને દર્શાવવું જરૂરનું છે. એમની આંખ ઉઘાડો, તેમની સંગતિ તેમના વાતાવરણ અને તેમના પહેરવેશની કાળજી રાખો. અને સ્ત્રીને સ્ત્રીત્વને જરૂરના અને પુરુષને પુરુષત્વને જરૂરના પાઠ આપો. યુવાન દંપતિને પોતાની જાતનું પ્રથમ જ્ઞાન આપો.—શરીર અને મન તંદુરસ્ત રાખતાં શીખવો. ત્યાર બાદ કુટુંબનું અને દેશનું બુદ્ધિ અને બાહ્યબળથી રક્ષણ કરતાં શીખવો.

એટલું ખાસ યાદ રાખવાની જરૂર છે કે નીરોગી શરીરજ કુટુંબ અને દેશનું રક્ષણ કરી શકે છે. ઉપરાંત ડાક્ટરો કે વૈદ્યોનો ખર્ચ આજના જમાનામાં કમી કરવા યુવાનોએ પોતાના શરીર પુરતી માહિતિની જરૂર છે.

ગદ કાલના આજના કે આવતી કાલના દંપતિ એટલું ખાસ યાદ રાખે કે આ દુનીઆમાં ગુન્હાઓ અને તેની ભયંકરતા ધણા પ્રકારના હોય છે. શરાય અને વ્યભિચારથી દૂર રહેજો. દંપતીઓના તે દીલ તોડે છે. દીલ તોડવું એ તો દુનીઆનો ભયંકરમાં ભયંકર અપરાધ છે. મનુષ્યની મોંઘામાં મોંઘી ચીજ તે તેનું દીલ. યુવાન દંપતિ આપસ આપસમાં કે બહારનું કોઈ તેમનો દીલ પર લથોડા ન મારે તેની કાળજી રાખજો. મૃગજળની આશામાં પત્નીને દુઃખી ન કરશો.

આટલું જરૂર જાણજો કે જગતમાં અશિષ્ટ તો એ છે કે જેનો આત્મા અશિષ્ટ છે. જગતમાં કલુષિત તો એ છે જેનું શરીર અને આત્મા કલુષિત છે. સુંદર વસ્તુને પણ માણસના અશિષ્ટ વિચારો કલુષિત બનાવે છે. કામી પુરુષને મન રસતે જતી સુંદર સ્ત્રી પણ અશિષ્ટ છે અને કામી સ્ત્રીને સુંદર પુરુષ. અને એમ નથી લાગતું કે આખો મુડીવાદ જ ‘અશિષ્ટ’ની ભાવના પર ઉભો થયો છે !

આ પ્રસ્તાવના પુરી કરતા મારે આભાર માનવાનો એ વ્યક્તિનો. એક તો સદ્ગત શ્રી જયશંકરભાઈ દ્વીવેદી (મોજ મળહના આદ્ય તંત્રી અને સ્થાપક) અને ખીજા શ્રી નંદલાલભાઈનો (એન. એમ. ઠક્કરની કુંઠ) આ પુસ્તકને આવકાર મળતાં આ પ્રકારનું વિશેષ ઉપયોગી નવું પુસ્તક તૈયાર થશે.

આ પુસ્તકનો દંપતી સુખમાં કંઈ પણ ઉપયોગ થશે તો મ્હારા પ્રયાસને સફળ થયો માનીશ.

અક્ષય તૃતીયા—સંવત ૨૦૦૧.

પ્ર. મહેતા

૧. સવાલ : લગ્ન એટલે શું ?

જવાબ : લગ્ન એટલે બધું જ. મનુષ્યે પેદા કરેલી તમને, જે જે જડ કે ચેતન વસ્તુ માન્ય પડે છે તે લગ્નને જ આભારી છે. સ્ત્રી અને પુરુષના આદિ લગ્નથી જ આજે આ સંસાર અને સંસારની વસ્તુઓ દેખાય છે. નહિ તો અહીં પણ ચંદ્રના ગોળા જેવું ઉજ્જડ જ હોત. લગ્નથી જ એકતાની અને હરીફાઈની ભાવના જાગે છે; અને એથી તો સંસાર પ્રગતિ કરી રહ્યો છે.

બાકી લગ્ન એટલે સ્ત્રી પુરુષનો સહચાર—ધર્મ, અર્થ, અને કામ માટે એક થવું તે. અને હિંદુ શાસ્ત્રો તો માનસિક વફાદારીની અમરતા પણ સંપૂર્ણ સહચાર માટે જરૂરિયાતની સમજે છે અને ત્યાં સુધી સરખા સ્વભાવના, અનુરૂપ શરીર બાંધના અને વયના સામાજિક સરખા-પણાવાળાં તંદુરસ્ત સ્ત્રી પુરુષોનું જોડાણ થાય તો તે લગ્ન સફળ થાય અને તેની પ્રજા પણ ઉત્તમ થાય. લગ્ન વખતે થનાર પતિપત્નીમાં નીચેના ગુણો જોવા.

(૧) વિદ્યા, (૨) વય, (૩) રૂપ, (૪) ગુણ, (૫) કુળ, (૬) શીલ, (૭) સમાનતા.

સ્ત્રી કરતાં પુરુષ કાંઈ નહિ તો ત્રણ ચાર વર્ષે મોટો હોવો જ જોઈએ અને દશ વર્ષથી વધુ મોટો નહિં જ.

લગ્નથી એક યુવતી અને યુવાન આમરણ મિત્રતાના કાલ એક બીજાને આપે છે. (છૂટાછેડાનો પ્રશ્ન અહીં બાજુએ રાખીએ) સાધારણ મિત્રતાથી આમાં કાંઈ વિશેષ છે. સ્ત્રી અને પુરુષનું શારીરિક જોડાણ પણ થાય છે. પ્રેમ એ ભાવના (લાગણી) અને વાસનાનું મિશ્રણ છે. અને સ્ત્રી પુરુષ વચ્ચે તીવ્ર પ્રેમની લાગણી હોય તો જ તેઓ શારીરિક રીતે પણ એક થવા ઈચ્છા કરે છે. આમાં વગર પ્રેમના વાસનાપૂર્તિ માટે જ થયેલા આક્રમણનો સમાવેશ થતો નથી, પરંતુ લગ્નને હેતુ પ્રેમ ઉપરાંત માનવી જાત જગત પર ટકાવી રાખવાનો પણ છે. છતાંય

પોતાની જવાબદારી સમજતાં સ્ત્રી પુરુષોએ આજના આર્થિક જમાનામાં પોતે જોઈતું પેદા ન કરી શકે અને બાળકોનો યોગ્ય ઉછેર ન કરી શકે ત્યાંસુધી લગ્ન મોકૂફ રાખવું અગર યોગ્ય સંતતિનિયમન કરવું સારું છે. Marriage is personal association between a man and a woman and a biological relationship for mating and reproduction. Love is a mixture of sensuality and sentiment, and the sexual relation is a fundamental factor in marriage.

૨. સવાલ : દરેક લગ્ન કંઈ પ્રેમને લીધે થતાં નથી. ઘણે ઠેકાણે આજે તે માતાપિતાની પસંદગી હોય છે અગર યુવાનોની વાસનાને અંગે થતી પસંદગી. લગ્નની પણ કાંઈ વય હશે ને ?

જવાબ : આજનો સમય જોતાં સ્ત્રીએ અદાર અને ચોવીસ વર્ષના ગાળામાં લગ્ન કરવાં, પુરુષે ૨૨ થી ૩૦. જે માતાપિતા ફક્ત પૈસા તરફ નથી જોતાં તે માબાપો પોતાનાં બાળકોને સુખી કરવા માટે જ સંબંધ બાંધે છે અને આજે તો ઘણેખરે ઠેકાણે માતાપિતા પોતાનાં પુત્ર કે પુત્રીને પોતાની પસંદગી કરવા દે છે. બાકી આજના યુવાનો 'પ્રેમ' પ્રેમ'ને ફૂટી મારે છે અને પ્રેમલગ્નની જે ધૂન મચાવે છે તે વાસનાની લાગણીનું જોર છે. તે જ યુવાનો બીજા દશ કે પંદર વર્ષ પછી આજનો પ્રાઠ પુરુષ કહે છે તેમ જ કહેશે.

આજનાં યુવાન અને યુવતીને ઉદ્ધત બનાવનાર (૧) આજનું શિક્ષણ (૨) કેટલીક ચળવળો (૩) સીનેમા (૪) જાતજાતનાં હલકી કાટીનાં પુસ્તકો હોય છે.

આજે તો બાળસાહિત્ય, ને યુવાનસાહિત્યને નામે દવાઓની જેમ કમાઈ ખાવાનો ધંધો ઊભો થયો છે.

૩. સવાલ : મારો એક યુવાન મિત્ર છે તેની પસંદગીની યુવતી છે. આર્થિક કારણને અંગે અને પ્રજા થાય તેને અંગે પરણવાનું મોકૂફ રાખ્યું છે. યુવતી વીસની ઉપરની ને યુવાન ૨૭ વર્ષનો; બંને તંદુરસ્ત અને સારાં છે.

જવાબ : હું ધારું છું કે તેમણે લમ કરી નાખવાં. માબાપની સ્થિતિ સારી હોય તો વાર લગાડવાની જરૂર નથી. પુત્ર ઉદ્ધત કે નાલાયક હોવા સિવાય માબાપ તેને દૂર કરતાં નથી જ અને આમાં તો કાંઈ નથી. યુવાનમાં થોડું ધણું કમાવાની શક્તિ હોય તો બસ છે, નહીં તો આજે તો ગૃહઉદ્યોગથી સ્ત્રી પણ મદદ કરી શકે. જો કે સ્ત્રીઓએ આર્થિક હરીફાઈમાં ભિતરવાની જરૂર નથી. તે પોતાની જાત નહીં સાચવી શકે. પુરુષ માત્ર ધણે અંશે વાસનામાં આક્રમણકારી છે તે દરેક સ્વતંત્રતાપ્રેમી સ્ત્રીએ જાણવાની જરૂર છે. સંતતિનિયમનનાં યોગ્ય સાધનો તેમણે વાપરવાં. આજના આર્થિક હરીફાઈના જમાનામાં ધણું સ્ત્રીપુરુષો લગ્ન વખતે માબાપ પર જ આધાર રાખે છે તેનો અર્થ એવો નહિ કે તેમણે પરણવું નહિ. કમાવાની લાયકાત અને શક્તિ પહેલાં પિછાણી લેવી. જાતીયઆકર્ષણ એ તો કુદરતી છે. સંસારનાં બંધનો અને જરૂર ધણે અંશે કાબૂમાં રાખે છે. છતાંય તે વાસના અદમ્ય થતાં સ્ત્રીપુરુષ અયોગ્ય લાગીદારના હાથમાં જઈ પડે છે કે જ્યાંથી ધણીવાર પાછાં પગલાં લેવાં અસંભવ કે મુશ્કેલ થઈ પડે છે.

માબાપની અને પોતાની બન્નેની શક્તિ ન હોય તો જરૂર તે મોકૂફ રાખવાં. આટલી વયના પુરુષને કાંઈ ને કાંઈ ઉદ્યોગ તો મળી જશે.

૪. સવાલ : કોઈ કોઈ કારણોને અંગે લગ્નમાં નિષ્ફળતા મળે છે. કોઈ સુખી તો કોઈ દુઃખી નીવડે છે. તેનું સુખી છેવટ કેમ લાવવું ? સૌ સારું તેનું છેવટ સારું.

જવાબ : સૌ સારું તેનું છેવટ સારું એ કહેવત લગ્નને લાગુ પાડી સતોષ માનવાની જરૂર નથી. હા, જો કે કેટલાક પ્રસંગોમાં ઝઘડા, દુઃખ વગેરેને બાંધે પતિપત્ની વર્ષો બાદ સુખી થાય છે, સીનેમાના પરદા પર દેખાય છે તેમ જો કલાકમાં તે સુખી થઈ જતાં નથી. લગ્નમાં આરંભ, મધ્યમ અને અંત ત્રણે સુખી રહેવા જોઈએ. કોઈક પ્રાસંગિક દુઃખમુદતિયા ઝઘડા કે બોલાચાલી તો સાધારણ સંસારમાં

પણ ક્યાં થતાં નથી? તે તો ઉન્હાળાનાં વાદળાં જેવાં રહે છે. Just a storm in a cup of tea.

લગ્ન તો જીંદગીની અનિવાર્ય વસ્તુ છે (સાધુ સંન્યાસી કે રોગીને આપણે બાદ કરીએ) અને તે કેટલાંક કારણોને અંગે થાય છે: (૧) સ્થિર પ્રેમ (૨) પ્રાસંગિક વાસનાપ્રેમ (૩) સંસાર રચવાની ઇચ્છા (૪) કૌટુંબિક દબાણ (૫) વ્યાવહારિક અને સાંસારિક સગવડ માટે (૬) પૈસા માટે ઇ.

વિધનનાં ધણાંય કારણો હોય છે. તેમાં માખાપ કે પતિ પત્નીની હઠ, પુત્રની માતા પિતાને કાંઈ પણ કહી શકવાની અશક્તિ જે અંગે પત્નીને ધણીવાર મ્હોટા એકત્ર કુટુંબોમાં સહન કરવું પડે છે, ચેપી રોગ, આર્થિક ત્રાસ, એ મુખ્ય ગણાય. આમાં પતિ પત્ની અને લાગતા વળગતાઓએ શાંતિથી બેસી તેનો વગર વિલંબે તોડ કે ઇલાજ કરવાની જરૂર છે, ન્હાનાં સમજવું કે આપણે પણ મ્હોટા થવાના જ છીએ. મ્હોટાંએ સહમજવું કે આપણે પણ ન્હાના હતા. સ્વભાવમાં મળતા-પણું રાખવું, પ્રસંગે નમતું આપવું અને આર્થિક કે સગવડીઓ સ્વાર્થ કમી કરવો.

૫. સવાલ : સ્ત્રી અને પુરૂષોએ લગ્ન પછી પણ સંયમ પાળવાની જરૂર ખરી કે ?

જવાબ : જેમ આહાર ને જીંદગીને કાંઈપણ કાળે સંયમની જરૂર છે તેમજ. અદ્ય સંયમી અને વધુ સંયમી — એક ખીજની મરજી સિવાય — બન્ને દુઃખી થાય છે, વધુ સંયમી કરતાં સંયમ વગરનો કે અદ્ય સંયમી વધુ દુઃખી થાય છે. દરેક મિતાહારી સુખી રહે છે. આ ઉપરાંત ધ્યાન રાખવાનું છે કે સંયોગ એટલે શક્તિવ્યય. અશક્ત સ્ત્રી પુરૂષોએ સંયોગને ગાળો લાંબો રાખવો. સશક્તે અતિશયતા પર ન જવું. અતિવ્યયથી હાથી પણ તૂટી પડે છે. તંદુરસ્ત અને યુવાનોએ અઠવાડીઆમાં બેથી ત્રણ વખત ઉપર નજ જવું. નહિ તો વધતી વયે અશક્તિ રહેશે. લગ્ન પહેલાં શક્ય હોય તો આ પુરૂષ પોતાની શારીરિક સંપૂર્ણ તપાસ કરાવી લેવી. દેશને તંદુરસ્ત અને બળ-

વાન પ્રજ્ઞની જરૂર છે. માટે તંદુરસ્ત અને આળવાન સ્ત્રી પુરુષોએ જ લગ્ન કરવાં. યુરોપના કેટલાક દેશોમાં રોગી કે અશક્ત સ્ત્રી પુરુષોને ખસી કરી નાંખવામાં આવે છે. તેઓ લગ્ન કરી શકે છે, પરંતુ તેમને પ્રજા ઉત્પન્ન થતી નથી. એવી રોગવાળાને તો લગ્ન પણ કરવા દેવામાં આવતાં નથી. રોગ માટે બંને તરફનો કેટલુંક ઇતિહાસ લગ્ન સંબંધ બાંધતા પહેલાં જોવો જરૂરનો છે. કોઇપણ સ્ત્રી પુરુષને માંદી અને અશક્ત પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાનો કોઈ અધિકાર નથી. અફસોસની વાત છે કે આપણે દુધવાળી અને તંદુરસ્ત ગાયો કે બેંસો માટે કાળજી રાખીએ છીએ પણ આળકો માટે નથી રાખતા !

૬. સવાલ : લગ્ન પહેલાં કોઇ સ્ત્રી કે પુરુષ, પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાને લાયક છે કે નહિ તે સમજી શકાય.

જવાબ : યુવાન પતિપત્ની માટે કહી શકાય. વૃદ્ધ અને બાલક પતિપત્નીની વાત અહિં દૂર મૂકીએ. સાધારણ રીતે દરેક દસ જોડે એક વાંઝણું રહે છે. પુરુષના વીર્યની પરીક્ષાથી પુરુષાર્થ માલમ પડી આવે છે. પરંતુ સ્ત્રીના આવની પરીક્ષાથી ચોક્કસ કહેવું અશક્ય છે. અને કેટલીય વાર બને છે કે એક સ્ત્રી અને પુરુષને સંતાન ન થતાં હોય તો તે સ્ત્રી અને તે જ પુરુષ અન્ય પુરુષ કે સ્ત્રીથી સંતાન ઉત્પન્ન કરી શક્યાં છે. આ અખતરા યુરોપ અમેરિકામાં ઘણાજ થયા છે. અહિં તે ઘણું અંશે શક્ય નથી.

૭. સવાલ : શારીરિક તંદુરસ્તીને લગ્ન સાથે કાંઈ સંબંધ છે કે ?

જવાબ : આર્થિક હાલત કરતાં પણ સ્ત્રી પુરુષે એક બીજાની શારીરિક સ્થિતિ જાણવી વધારે જરૂરની છે. નહિંતો થોડા પરિચય બાદ જ્યારે પતિપત્નીને એક બીજાની આસિયતો, રોગો વગેરેની ખબર પડે છે ત્યારે ટંટો અને અસંતોષ થવાનો ભય રહે છે. સાધારણ રોગ, કોઇકવાર થતું દર્દ ગંભીરતા નથી ઊભું કરતું. પરંતુ ચાલુ રોગો અને ગંભીર દર્દો કે જેથી કામમી અશક્તિ ઉપજે એ શારીરિક રીતે એ એવા ભય છે કે જેથી કમાવાની શક્તિને અસર કરે કે પુરુષત્વમાંથી કાઢી નાખે. આ તો સ્ત્રી જ રહે છે—પુરુષની પત્ની. પરંતુ એથી એને ગંભીર રોગો

તેની ઉત્પાદનશક્તિને ગંભીર રીતે અસર કરે છે કે નહીં કરે છે. ક્ષય, કેન્સર, ચાંદી, ઉપદંશ, કાઠ વગેરે ભયંકર રોગવાળાઓએ લગ્ન ન કરવા અગર પ્રજોત્પત્તિથી દૂર રહેવું.

૮ સવાલ : બાળકો માળાપતો. ચહેરા કે આકાર અને આંખ વગેરે જન્મથી પામે છે. ધણે ભાગે બુદ્ધિ પણ પામે છે. સ્ત્રી અને પુરુષના એક નજીવા રંગ અને વીર્યના જોડાણથી આ બધું કેવી રીતે વારસામાં મળે ?

જવાબ : એ એક કુદરતની અભ્યયળી છે. અને અતિશય વિવાદ ભરેલી શાસ્ત્રીય ચર્ચા છે. જેના પર પુસ્તકો લખી શકાય. પરંતુ હું તમને ટુંકામાં જ કહીશ. સ્ત્રીનું રજાનું અને પુરુષનું વીર્યકણ એમાં સ્ત્રી અને પુરુષની બુદ્ધિ, સ્વભાવ, માનસિક, ગુણ દોષ, શરીરનો બાંધો, રંગ, આકાર, આંખ, વાળનો રંગ વગેરે આવે છે. સ્ત્રીનું રજા એક રાઈના ન્હાના દાણા કરતાં પણ ન્હાનું હોય છે અને પુરુષના વીર્યનો કણ તો નરી આંખે પણ દેખી ન શકાય એટલો ન્હાનો હોય છે, તે બંનેની અંદર ન્હાના ન્હાના ધણા કણો હોય છે. અને આ કણોમાં જુદા જુદા ગુણ દોષ ઉપર લખ્યા પ્રમાણે હોય છે.

૯. સવાલ : છતાંય કેટલાય પ્રસંગોમાં પ્રજામાં તેનાં માતા પિતાથી ભિન્ન સ્વભાવ નજરે પડે છે. અને કાંઈ કાંઈ ઠેકાણે આંખ, વાળ વગેરેના રંગમાં ફેર હોય છે તેનું કારણ શું ?

જવાબ : કાંઈકવાર પુત્ર કે પુત્રીના દાદા કે દાદી કે ત્રીજી ચોથી પેઢીના ગુણ દોષો અને રંગ થોડે થોડે અંશે માલમ પડે છે. એટલે તેમાં અભ્યયળ થવાની કે સ્ત્રીની શુદ્ધતા પર વહેમ લાવવાની જરૂર નથી.

સ્વભાવ અને રહેણીકરણી માટે ચાલુ જમાનો અને સમાજની રીતભાત પણ અસર કરે છે કાંઈ સુસંકૃત બાળક જન્મથી જ જો ખરાબ સંગતમાં રાખ્યો હોય તો તેનામાં ખરાબ ગુણો આવશે. જો કે તેનાં સંસ્કૃત બીજે તેનામાં માનસિક ફેરફાર લાવવા ઉછાળો માર્યો કરશે. પરંતુ આજુબાજુના વાતાવરણ વગેરેથી તેના સંસ્કાર મૃતપ્રાય

થઇ જાય છે. આની વિરૂદ્ધમાં કોઇ ખરાબ કે હીન, દુર્ગુણી માતાપિતાના પુત્રને જો સારા સંસ્કારવાળા અને સારી જગ્યામાં ઉછેરવામાં આવે તો તેની બાહ્ય રહેણીકરણમાં ફરકાર થાય. પરંતુ અંતરના આચારો અને વિચારોનો ઉછાળો માર્યા જ કરે અને પ્રસંગ આવે તો દુર્ગુણમાં પડતાં અચકાય નહિ અને એકવાર પડ્યો તો પછી તેને બહાર કાઢવો મુશ્કેલ પડે. આ જ કારણે કેટલાંક રાજકુટુંબોમાં જ્યાં રાણીઓ કે રાજાઓ પુત્રસુખ માટે કે રાજગાદી માટે કોઇને ખર્ચ ન પડે તેમ હલકા કુટુંબના બાળકોને જન્મથી પોતાના પુત્ર કરી સ્થાપે છે. પરંતુ તેના જન્મના ખરાબ આચારવિચાર જતા નથી અને યુવાવસ્થા આવતાં તે ભયંકર શરાબી, વ્યભિચારી અને હીન વિચારવાળો થાય છે. આ અંગેજ આજનાં ધણા રાજકુટુંબો ઉપર આવી શકતાં નથી. કોઇકવાર જન્મના સારા સંસ્કારવાળા પુત્ર કે પુત્રીને ખરાબ વાતાવરણમાં વર્ષો સુધી મૂક્યું હોય પરંતુ જો તેને કાચી વયે પાછું સારા સંસ્કાર અને વાતાવરણમાં રાખ્યું હોય તો તે સુધરી જાય છે.

એક બીજું દૃષ્ટાંત પણ ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે એક સુસંકૃત કુટુંબોનો છોકરો અને એક હીન અને દુર્ગુણી કુટુંબનો છોકરો બન્નેને સારા સંસ્કારી વાતાવરણમાં રાખ્યા હોય તો સંસ્કારી તો સંસ્કારી રહેશે અને સુધરશે. હીન કુટુંબીના દુર્ગુણ વધતી વયે ઉછાળા માર્યા સિવાય ભાગ્યે જ રહેશે.

૧૦ સવાલ : બાહોશ માતા અગર પિતા અગર માતાપિતા બન્ને બાહોશ હોય તો પણ મૂખ કેમ નીકળે છે ? ગોરી સ્ત્રીને કાળો બાળક અગર પણ આકારની પ્રજા થયા વિષે સંભળાય છે તેનું શું ?

જવાબ : માતા અને પિતા બાહોશ હોય તો પ્રજા બાહોશ હોવાનો ધણો સંભવ હોય છે. શારીરિક અને માનસિક તંદુરસ્તીવાળાં માતાપિતાનાં પુત્ર કે પુત્રી તેવાંજ હોવાનો સંભવ છે. અને બન્નેમાં સૌંદર્ય હોય તો પ્રજા પણ સૌંદર્યવાન રહે છે. પરંતુ આગળ ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે પરાપૂર્વનો કાંઇ દોષ રહે છે.

આપણે સાધારણ રીતે પતિપત્નીની અગર હકદાર પ્રજ્ઞની વાત કરી. પરંતુ સંસારનાં દરેક સ્ત્રી પુરુષ જાતિવાન હોતાં નથી. કોઈ શુદ્ધમતી પણ અજાતિવતી સ્ત્રી કોઈ શુદ્ધહીન પુરુષ જોડે સંયોગ કરે તે તેનાથી તેને ગર્ભ રહે તો બાળક શુદ્ધહીન થવાનો અને જાતિમાં પણ હીન થવાનો સંભવ છે. સંસ્કાર, વાતાવરણ અને ઉછેર જાતિ અને અજાતિ માટે જવાબદાર છે. સ્ત્રી પુરુષની લાંબી અને કાચમી વિચારશ્રેણી થતી ભાવિ પ્રજાને અસર કરે છે, વ્યભિચારી અને હીન-કર્મી પિતાના બાલક, સાધુ અને સંસ્કારી માતા હોવા છતાં પણ પિતાના ગુણદોષ વારસામાં — માતાની કાળજી છતાં પણ — થોડે ધણે અંશે મેળવે છે અને એક વીર્યનો કણ શરીર, રૂપ, શુદ્ધિ, રચના અને આનુવંશિક રોગ સર્વ કાંઈ વારસામાં આપે છે એ સૃષ્ટિનું મહાન આશ્ચર્ય છે. માતા અને પિતાના અનુરૂપ પ્રતિબિંબ સમા તમે એક બાળકને જુઓ અને તેના પર તમે ઉંડો વિચાર કરશો તો તમને મહાન આશ્ચર્ય થયા સિવાય નહિંજ રહે.

કોઈકવાર પશુઆકૃતિના આભાસ સરખો કે પશુ આકૃતિ બાળકનો જન્મ થાય છે. આમાં ધણે અંશે સ્ત્રીના માનસની વિકૃતિ અગર પશુથી વ્યભિચારનું કારણ હોય છે. માનસ વિકૃતિ કરતાં પ્રાણી વ્યભિચાર (એક હીન વાસના) હોવાનું વધારે સંભવ છે. આ પ્રજ્ઞાવલિમાં તેનું વિસ્તૃત બ્યાન શક્ય નથી. પરંતુ પુરુષ તેમજ સ્ત્રીઓના ભિન્ન લિંગી પ્રાણી વ્યભિચારનાં ધણાંય દૃષ્ટાંતો ઇતિહાસને પાને નોંધાયાં છે. ઇજીપ્ત, રોમ, ફ્રાંસ, અને કેટલીક પ્રાણીથી સંબંધ રાખતી જેવી કે ગોવાળ કે ભરવાડવગેરે જાતિમાં પશુ વ્યભિચારના દાખલા નજરે ચઢ્યા છે ધણે અંશે સ્ત્રીના પશુ જોડેના હીન વ્યવહારથી પ્રજા થવાનો સંભવ લગભગ અશક્ય જેવો છે. પરંતુ કોઈકવાર કુદરત અશક્યતાની પણ શક્તિ બતાવે છે અને સ્ત્રીનો વ્યભિચાર બહાર પડી જાય છે. કેટલીય અણુ-સમજી જનતા તેને કુદરતની અજાણી ગણે છે પરંતુ ખરેખર તો તે પ્રાણીવ્યભિચારનું કારણ હોય છે તે ભાગ્યે કોઈને જ ખબર હોય છે. અતિકામી સ્ત્રીઓ પુરુષવ્યભિચાર પકડાઈ જાય એની બીકે બંધ બારણે પશુથી વ્યભિચાર કરે છે. સર્પ આકૃતિ, મરઘી જેવાં ઇંડા, અશ્વાકૃતિ

વગેરે આનાં દૃષ્ટાંતો છે. વાનર, કુતરો, બકરો, એ આમાં મુખ્ય હોય છે. કાઠકવાર વાનરથી સ્ત્રીને પ્રજા થતાં તે બાલક અર્ધવાનર જેવું રૂંવાડાં સાથે અને તેવાજ ગુણવાળું હોય છે. માનવની સ્ત્રી એટલે માનવના પશુ ગુણો વારંવાર ઉછાળા મારે. પરંતુ આજના જગતમાં અને છે તેમ દુષ્ટિ સંસ્કૃતિ પર વિજય મેળવે છે.

ગોરી સ્ત્રીને તદ્દન કાળો (પતિ ગોરો હોય છતાં પણ) કે કાળી સ્ત્રીને (પતિ કાળો હોય છતાં પણ) ગોરો બાળક થવાનું રહસ્ય હવે સમજાયું હશે. કાઠ અમેરિકન સ્ત્રી હબ્સી સાથે અતિ વાસનાને અંગે લગ્ન કરે છે કે બલિયાર કરે છે તો તે સંગમથી કાળી, ગોરી કે અર્ધરંગ મિશ્રિત પ્રજા થાય છે. અમેરિકન અને હબ્સીનાં સંયોગની પ્રજાને અમેરિકામાં મુલાટો કહે છે.

૧૧. સવાલ : પશુ જગતમાં કંઈ આવાં દૃષ્ટાંતો છે કે ?

જવાબ : આ આપણા વિષય બહાર જાય છે છતાં ટુંકામાં કહું છું. એ ઉત્તમ વસ્તુના સંયોગથી (પછી જડ હોય કે ચેતન) ઉત્તમ વસ્તુ ઉત્પન્ન થાય છે. તેમાં વર્ણસંકરતા આવે તો ઉત્પાદનમાં પણ વર્ણસંકરતા આવે છે. ઘોડી અને ગધેડાના સંયોગથી (અગર ગધેડી અને ઘોડો) ખચ્ચરની ઉત્પત્તિ થાય છે. પરંતુ તે ખચ્ચર પ્રજોત્પત્તિ કરી શકતું નથી. પરંતુ કાઠીયાવાડી ઘોડો હોય અને અરબી ઘોડી હોય તો અન્નેના મિશ્ર આકાર અને સ્વભાવવાળી પ્રજા જરૂર ઉત્પન્ન થાય. કારણ કે તે એક જાતની પ્રજા છે. તે ઉપરાંત સિંહ અને વાઘથી અને વાઘ અને સિંહથી વગેરેના ધણાય પ્રયત્નો થયા છે પરંતુ તેમાં ભિન્નતા તરત માલમ પડી આવે છે અગર એક નવીન ઉત્પત્તિ થાય છે.

૧૨. સવાલ : Test-tube baby (કાચની નળી દ્વારા ઉત્પન્ન થતું બાળક) એ શું વસ્તુ છે ?

જવાબ : આ શબ્દ જ ખોટી રીતે વપરાય છે. આમાં ખરી રીતે કાચની એક ન્હાની સ્વચ્છ પિયકારી (નળી) માં વીર્યદાતા પુરુષનું વીર્ય લેવામાં આવે છે અને તે વીર્ય પિયકારી વાટે સ્ત્રીની

યોનિ અને ગર્ભાશયમાં મૂકવામાં આવે છે. આ પ્રયોગ ફક્ત જે સ્ત્રીને પતિ વીર્યવાન ન હોય તો તેના પતિની સંમતિથી કોઈ સર્વ પ્રકારે તંદુરસ્ત અને સંસ્કારી પુરુષ પાસે વીર્યની માંગણી કરવામાં આવે છે. તે પુરુષનું વીર્ય કાચની નળીમાં ગ્રહણ કરી અન્ય ખોલીમાં સુતેલી સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગમાં પિચકારી વાટે દાખલ કરવામાં આવે છે. આમાં અન્ય પુરુષનો ગર્ભ એ વાત ચોકકસ. પરંતુ તે સ્ત્રીનું તો પોતાનું જ બાળક ગણાય અને વ્યભિચારનો દોષ ન આવે. પતિની સંમતિથીજ આ કરવામાં આવે છે. આમાં વીર્યદાતા પુરુષને સ્ત્રીનું કે તેના પતિ વગેરે કોઈનું નામ જણાવવામાં આવતું નથી. અને સ્ત્રીને તેના પતિને વગેરે તેમના સંબંધીઓને પણ તે પુરુષનું નામ જણાવવામાં આવતું નથી. એ ડોક્ટરી ગોપ્ય રહે છે. અને તેમાં જ લાભ રહે છે. નહિ તો પુરુષ કે સ્ત્રી એક બીજા તરફ કોઈ સંજોગોમાં આકર્ષાવાનો ભય રહે છે. આવો નળીનો પ્રયોગ ન કરતાં પતિની સંમતિથી વ્યભિચાર કરી જે સ્ત્રીઓએ એક બાળક ઉત્પન્ન કર્યું હતું તે તે વ્યભિચારમાંથી લાગ્યે જ નીકળી શકે છે. એટલે પતિ નપુંસક રોગી કે વીર્યવાન હોય છતાંય પોતાની પત્નીને ગર્ભ ધારણ કરાવી શકતો ન હોય અને બાળકની ઇચ્છા હોય તો Test-tube ની ગુપ્ત પ્રથા સારી છે. આ કાંઈ પુરાણનો જમાનો નથી. પુરુષ અને સ્ત્રીઓ તેવાં સંયમી પણ નથી. વેદ વ્યાસ આજના જમાનામાં હોત તે ત્રણે સ્ત્રીઓના પતિ ઉપરાંત દેશના રાજા પણ થઈ જાત.

૧૩. સવાલ : દરેક પ્રયોગ ફતેહમંદ થાય છે ?

જવાબ : એવું નથી. ખેચાર પ્રયત્નો કરવામાં કોઈવાર એવું સાંભળવામાં આવે છે (છુટાછેડા લેતી જાતિઓમાં) કે કોઈ સ્ત્રીને કે પુરુષને પોતાના પહેલા પતિ કે પત્નીથી સંતતિ ન થાય પરંતુ બીજા પતિ કે પત્નીથી બંનેને સંતતિ થાય. પતિપત્ની એક બીજાને ગમતાં ન હોય અગર યોગ્ય સહચાર આપી ન શકતાં હોય અને ખાસ કરીને પતિ અને પત્ની બંનેનું વીર્ય અને રજ નબળાં હોય તો તેમને બાળક ન થાય. પરંતુ તે પુરુષ અગર સ્ત્રી અન્ય શક્તિવાન પુરુષ અગર સ્ત્રી સાથે લગ્ન કરે તો બાળક થવાનો સંભવ રહે છે.

૧૪. સવાલ : હિંદનો સમાજ તો સ્ત્રીને જ વાંઝીયા મહેલુનો દોષ દે છે. વાંઝીયા રહેવાનું કારણ શું ?

જવાબ : સ્ત્રી પુરુષના સંબંધમાં પુરુષનું વીર્ય ધણુ ભાગે સ્ત્રીના ગર્ભાશયના મુખ આગળ જ પડે છે. સ્ત્રી ઉદ્દીપ્ત થઈ હોય, ગર્ભાશયની અંદર કાંઈ દોષ ન હોય અને સ્ત્રીનું રજ પકવ થવું હોય તે ગર્ભ થોડી જ મીનીટ કે સેકન્ડમાં રહી જાય છે. રજ ગર્ભાશયની નળીમાં દૂર હોય તો વીર્યને તેટલો રસ્તો કાપવો પડે છે. રજને પણ વીર્ય-કણનું આકર્ષણ થાય છે. આમ ગર્ભ બંધાય છે. કુદરતી નિયમાનુસાર યોનિની અંદરના કોઈ પણ ભાગમાં પડેલા વીર્યના જંતુઓ આપોઆપ સ્ત્રીના ગર્ભાશય તરફ તરવા માંડે છે. યોનિમાં પ્રવાહી થોડે ધણુ અંશે હોય છે અને ખાસ કરીને સંબંધ દરમિયાન વિશેષ. તેમાં તરીને તે જંતુઓ ગર્ભાશય તરફ જાય છે. જે ગુપ્તમાર્ગમાં વીર્યપાત થયો ન હોય તો ગર્ભ ન રહે. ચેતનજંતુ ન હોવાનાં ધણું કારણ હોય છે. જેવાં કે વૃષણનો ઓથો કે વૃષણના વીર્ય ધટિનીઓના એપી રોગો, વૃષણ ગ્રંથીઓ બરાબર કામ ન કરતી હોય, વૃષણનો અભાવ અગર અતિશય ન્હાના હોવા. યુવાનીમાં વૃષણના પુગાવાનો રોગ થવો, વધરાવળ, અપૂરતો ખોરાક, નપુંસકતા, ઉધ્વરેત વગેરે ઉપરના પુરુષના દોષો કહ્યા. એથી માલમ પડશે કે વાંઝીયાપણા માટે સ્ત્રી અને પુરુષ બંને જવાબદાર છે.

સ્ત્રીના વાંઝીયાપણાનાં કારણો નીચે પ્રમાણે છે.

સ્ત્રી રજગોળની અપકવતા કે કચાશ, ગર્ભાશય કે ગર્ભાશયની બાહ્યઓની બે નળીઓના કોઈ રોગને કારણે રજ અને વીર્યના મેળાપનું અશક્ય બનવું. ગર્ભાશયમાં તેની દિવાલોના સોજા કે કોઈ અંદર પ્રવાહને કારણે રજનું ગર્ભાશયમાં ટકી ન શકવું-સાધારણ રીતે જે કારણોથી પુરુષનું વીર્યોત્પાદન થતું નથી કે અપકવ રહે છે તેવા જ કારણોથી સ્ત્રીને પણ આનુવંશિક રોગ વગેરે અન્ય કારણોથી રજ પકવ થતું નથી. (Glandular disorders — Particularly of the thyroid and the pituitary, ovarian disease, Malnutrition chronic infections etc).

પુરૂષ કરતાં સ્ત્રીને યોનિની રૂતુમાન, હવામાન અને અતિ ઠંડી કે અતિ ગરમ સ્થાનિ વગર આસને બેસવાથી, અસર વધારે થાય છે અને રોગ ઉત્પન્ન થવાની બીતિ રહે છે, માટે સ્ત્રીઓએ કિપરના કારણેથી સંભાળવું, પુરૂષોના વૃષણને પણ હવામાન વગેરેથી અસર થાય છે પરંતુ સ્ત્રીઓએ વધુ કાળજી રાખવાની જરૂર છે અને સ્ત્રીએ આંતર વસ્ત્રમાં ચદી કે લંગોટ રાખવાની ખાસ જરૂર છે. બેસતી વખતે પાટલા પર કે કાંઈ નહિં તો તાડછા કે કંતાન ઉપર બેસવું.

૧૫ સવાલ : પુરૂષના વૃષણને ચેપ અને ગરમી લાગવાનો ભય રહે છે એમાં કેટલું તથ્યાસ છે ?

જવાબ : બેદરકારીથી કોઈ પણ ખરાબ ઠેકાણે બેસે તો ચેપ લાગેજ. માટે દરેક મનુષ્યે સ્વચ્છતા, વાતાવરણ (ગરમી ઠંડી) અને સ્થાન નજર રાખી જ પોતાનું અંગ અડકાડવું. ગરમ સ્થાનમાં, ધૂલે-કઠ્ઠીક લાઈટ, ગરમ હવા, ગરમ પાણી, એક્ષ રે (X Ray) વગેરે પુરૂષની ઉત્પાદક શક્તિને અસર કરે છે. અતિગરમ વાતાવરણમાં (હવામાન અંગે), અગર ઘણો વખત એન્જીન રૂમમાં વગેરે ઠેકાણે કામ કરનાર પુરૂષની ઉત્પાદક શક્તિ કમી અગર નહિ જેવી હોય છે. આવા પુરૂષે એન્જીન રૂમનું કામ થયા બાદ થોડો વખત વૃષણ ઉપર થોડો બરફ લગાડવાની જરૂર છે અગર ખૂબ ઠંડુ પાણી.

૧૬ સવાલ : તમે એકવાર કહ્યું હતું કે સ્ત્રીને ગર્ભાશયમાં વીર્યની પિચકારી કે અકુદરતી રીતે મૂકવાથી ગર્ભ રહે છે. તો તેમાં કાંઈ નુકશાન નહિ ?

જવાબ : આજનું વિજ્ઞાન તે માટે ખાસ કહેતું નથી. પરંતુ વીર્યની પિચકારી કે વીર્ય ગર્ભાશય અકુદરતી રીતે પહોંચું કરી મૂકવાથી ગર્ભાશયને સોજો ચઢવાનો સંભવ રહે છે અને ગર્ભ ન પણ રહે. એના કરતાં યોનિમાર્ગમાં જ કાચની નળીમાં પુરૂષનું વીર્ય ગ્રીલી યોનિમાર્ગમાં સાચવીને કોઈ નસે મૂકવું તે વધુ સારી રીત છે. આવે વખતે યોનિ બરાબર સાફ જોઈએ; નહિ તો જેને કાયમ પ્રવાહ કે પ્રદર જેવું જવું હોય તો ત્હેને ગર્ભ ન રહે.

૧૭. સવાલ : The importance of the sexual organs, cannot be exaggerated even though the admission of this fact is humiliating. જાતીયજ્ઞાન પુખ્ત વયનાં સ્ત્રીપુરુષોને હોવું ખાસ જરૂરનું છે, જે કે તેની ચર્ચા વગેરે ધણીને શરમજનક લાગે છે અને છેવટે સહન કરવું પડે છે. તમે જાણીને આશ્ચર્ય ન પામશો. કુદરત વિચિત્ર છે. કોઈને એક હાથ પર છ આંગળીઓ હોય છે, કોઈને ચાર પણ. તેમ કોઈને ત્રણ વૃષણ હોય છે, કોઈને એક જ. ત્રણમાંથી એક અગર બેમાંથી એક નીચે ઊતર્યું હોતું નથી. મને ત્રણ વૃષણ છે અને ત્રણ વૃષણની થેલીમાં છે, અને અંગે મને જે કે ખાસ ત્રાસ નથી, પરંતુ વાસનાશક્તિ વધારે રહે છે. એક કઢાવી નાખું તો ?

જવાબ : તમને ત્રણ વૃષણ (અંડ) છે એ જાણી આશ્ચર્ય તો નહિ જ પણ સહજ નવીનતા તો લાગી જ. તમારું વૃષણ, બે લિંગ, બે યોનિ, લિંગ કે યોનિ વગરની વ્યક્તિ કે એકજ વ્યક્તિમાં લિંગ અને યોનિ એના કરતાં પણ ત્રણ વૃષણ હોવાં જુજ હોય છે. હા, કોઈને ત્રણ વૃષણ હોય છે પણ ત્રણમાંથી એક ચાપાની ઉપરની બખોલમાં (pelvis) હોય છે અને નીચે ઊતરેલું હોતું નથી. તમને ત્રણ નીચે ઊતરેલાં છે. સ્વભાવિક જ છે કે વાસના વધારે રહે. પરંતુ તેથી તમે વધુ વખત સંબંધ કરી શકો એમ નથી. ત્રણ વૃષણ એક સાથે કામ કરે છે. તે અંગે વીર્ય વધારે ઉત્પન્ન થાય છે પરંતુ તે વધારે પ્રમાણમાં જાય તેટલું જ. વૃષણ છેદનનો ઉપાય તેને માટે તો હું ન કહું—હા તે ક્યારે કરવું કે વધુ ત્રાસ થતો હોય—તમે સંયમ રાખો. માણસના ખોરાકમાં તેથી કાંઈ ખાસ ફરક પડતો નથી એટલે વધુ વ્યય થવા દેવો ઇષ્ટ નથી. આ સમયે પેટની નીચેની બખોલમાં રહેતા અંડ (Undescended testicle) માટે પણ કહી દઉં. આમાં જે તે ત્રીજું વૃષણ છેક ચાપાની ઉપર હોય અને અતિ શરીરની ગરમીથી તેનો બચાવ થતો હોય તો તે ઉત્પાદનમાં મદદ કરે છે. પણ જે પેટની વધુ નજીક હોય અને શરીરની ગરમી લાગતી હોય તો તેથી કાંઈ વાસનામાં ફરક પડતો નથી. હા, જે ત્રીજું વૃષણ છેક

નીચેના ભાગમાં હોય અને કામ કરી રહ્યું હોય તો બંને વૃષણ કાપી નાંખાવ્યા હોય છતાં પણ સંતતિ ઉત્પન્ન થઇ શકે છે. જો કે આવા પ્રસંગો પણ જવલ્લેજ બને છે. પાછલા જમાનામાં કોઇ કોઇ આવા પ્રસંગો બનેલા છે કે જ્યાં (Eunuchs) ચોક્કીદારના વૃષણો કપાવ્યા છતાં જનનખાનાની બેગમ કે તેમની દાસી કે પુત્રી જોડેના સમાગમોને અંગે તેમને સંતતિ થઇ હોય. આવા પ્રસંગોમાં સંબંધ થોડો વખત ટકે છે અને પાતળો વીર્ય પ્રવાહ પડે છે. તમને ત્રાસ ન થતો હોય તો નકામી વેદના વેડી શસ્ત્રક્રિયાની સલાહ ન આપું.

૧૮. સવાલ : મારી ત્રીસ વર્ષની વય છે. લગ્ન કરવા વિચાર ખાસ થતો નથી જો કે સ્ત્રીસંબંધની ઇચ્છા રહે છે પણ તે જોરદાર નહિ. રોગ કોઇ જાતનો નથી. પરંતુ બંને વૃષણ એકદમ નાના છે. લગ્ન કરવાં ?

જવાબ : તમારા પત્ર પરથી લાગે છે કે જ્યારે તમે બાળક હતા ત્યારે તમને બાળકને ગળાનું એક જાતનું દર્દ થાય છે (mumps) તેનો તમે ભોગ બન્યા હતા અને તેનો તમને વૃષણો ઉપર ચેપ લાગ્યો હતો કારણ કે જેથી ગળાનો સોજો બાળપણમાં આવે છે તેથીજ (તેજ જંતુઓથી) ગાલ (cheeks) પણ સુઝે છે. (parotid glands) કાન આસપાસ સોજો આવે છે અને વૃષણ પર પણ સોજો ચઢે છે આથી તે લાગેા વધતા અટકી જાય છે.

વૃષણ અને ઇન્ડ્રિયના પ્રમાણનો વિચાર કરતાં પહેલાં તમે તમારા વીર્યની પરીક્ષા ડોક્ટર પાસે કરાવો કે વીર્યમાં ચેતનવતાં (બ્રજ ઉત્પન્ન કરે એવા) જંતુઓ છે કે નહિ. જો વીર્યપ્રવાહ ચેતનવતો હશે તો લગ્નને કાંઈ બાધ નહિ આવે અને જીવન સુખી જશે. વૃષણના નાના મોટા હોવા પર લગ્નસંબંધ કે પ્રજોત્પત્તિનો આધાર રહેતો નથી. પરંતુ દરેક રીતે પુરુષ પ્રતિકૃતિનો હોવો જોઈએ. વૃષણ રહિત કરેલા ગુલામો કોઇ કોઈવાર સંપૂર્ણ સ્ત્રી સંબંધ સાધી શકે છે પરંતુ બ્રજ ઉત્પન્ન કરી શકતા નથી. ટુંકામાં વીર્યની પરીક્ષા કરાવવી, પોષક તત્વો, ખાસ કરીને કાંદા, ટામેટા અને ગાજર ખાવાના રાખો અને બેલાચક લગ્ન કરી નાંખો.

૧૯. સવાલ : એક વર્ષ પહેલાં હોસ્પીટલમાં એક ડોક્ટરે મને તપાસી કહ્યું હતું કે તમારા વૃષણની નસો પુલતી જાય છે (Scrotal varicocele). તેની શસ્ત્રક્રિયા એણે બહુ ખર્ચાળ કહી. આ ક્રિયા એટલે શું ? સારા થવાને કેટલો વખત લાગે અને તેથી પુરુષત્વને કાંઈ વાંધો આવે કે ?

જવાબ : આ રોગમાં varicocele વૃષણની અંદર આવેલી વીર્યની ધોરી નસોની આસપાસ નસો પુલતી જાય છે. Suspender (લગોટ) કે Jockstrap થી કાંઈ થોડો ધણો આરામ થાય છે. પરંતુ આનાથી તમારા જોવા રોગીને થોડો ધણો ઉનાળામાં ત્રાસ થાય છે. ઓપરેશન કાંઈ ખાસ ત્રાસદાયક નથી. સારો ડોક્ટર સંપૂર્ણ સાધન સાથે તમારે ધરે પણ તે કરી શકે. પરંતુ એક નર્સ થોડા દિવસ જોઈએ. હોસ્પીટલમાં સંપૂર્ણ સાધનો સાથે સગવડ મળે એટલે તે ઠીક પડશે. આથી કાંઈ પ્રજ્ઞેત્પત્તિમાં વાંધો આવતો નથી, આ ઓપરેશન કાંઈ અધરું કે જોખમકારક નથી. વીર્યનળીની આસપાસની સુઝેલી બધી નસો ઉપર અને નીચેથી એક સાથે બાંધી લેવામાં આવે છે અને પછીથી વચ્ચેની સુઝેલી નસો કાપી નાખવામાં આવે છે. આ ઓપરેશન બાદ થોડા (આઠ) દિવસ સ્વસ્થ ખાટલા પર પડી રહેવું પડે છે અને ત્યારબાદ દશ દિવસ વજન ઉંચકવાના અને સખ્ત કામથી દુર રહેવાની જરૂર છે. લગભગ રૂ. ૭૫ ખર્ચ આવે. ગમે તેવા વૈદ્યને લેપ લગાડશે નહિં. કાંઈ અનુભવી અને ખીનલોભી વૈદ્ય હોય અને જેને આ રોગની ખબર હોય તેવા આયુર્વેદશાસ્ત્રી પણ કાંઈ લેપ આપે તો તે થોડા દિવસ લગાડી જોજો.

૨૦. સવાલ : હોમોપ્લાસ્ટીક ક્રિયા એટલે શું ?

જવાબ : આ વિષે હું આગળ જણાવી ગયો છું. આમાં નબળા પુરુષના વૃષણની થેલીમાંની ગોળીઓ કાઢી તંદુરસ્ત પુરુષની ગોળીઓ દાખલ કરી જોડી દેવામાં આવે છે. ગરીબ માણસો પૈસાની લાલચે તેમ કરાવવા તૈયાર થાય છે, સ્નેહની ખાતર થોડા જ. જેનાં વૃષણ કાઢી લેવામાં આવ્યા હોય તેનામાં તે નબળા પુરુષના વૃષણ

દાખલ કરવામાં આવે છે અને જો તે બહુજ ખરાબ હોય તો વાંદરાનાં પરંતુ વાંદરાના થોડા ધણા ગુણુ અવગુણો પણ દાખલ થાય છે, વૃષણુ આપતાં લેતાં પહેલાં બંનેને તપાસવા પડે છે અને વાંદરાં જેવું જનાવર હોય તો તેને પણ.

પરંતુ આથી નપુસંકતા ધારી લેવા પહેલા હું એક સુચના આપી દઉં. ધણા માનસિક રીતેજ એમ માની લે છે. તે સ્ત્રી જોડે સંબંધ ન કરી શકે અગર તેમનામાં તે શક્તિ નથી. તેવાએ પોતાનો પિશાબ એક કાચના વાસણમાં કરવો. તેમાં થોડું ધણું શીથ માલમ પડે તો જાણી લેવું કે હજી પુરુષાર્થ છે. ત્યારબાદ મેથીપાક કે મેથીના લાડુ અને લસણ પ્રમાણુસર બને તેટલું ખાધે રાખવું, ઉપરથી કાંદા, ટામેટા અને ગાજર.

કેટલાક પુરુષો શક્તિ માટે જનાવરોના વૃષણો બાંધીને ખાય છે તેથી નજીવોજ ફાયદો થાય છે. તેના કરતાં ધણો વધુ ફાયદો ઉપરના ખોરાકથી અને નિયમનથી થશે. ખાસ વૃષણની દવા પણ ખાસ ફાયદો કરતી નથી.

૨૧. સવાલ : એકાદ વૃષણુને કાંઈ ઇજા થઈ હોય કે લગાઇમાં કપાઇ ગયો હોય તો બીજો દાખલ કરી શકાય કે ? અને વાંદરાનો વૃષણુ લગાડે તો પ્રજા થાય કે ? અને કેવી થાય ?

જવાબ : આ માટે આગળ મેં કહ્યું છે. તેવાજ રક્ત અને શક્તિવાન પુરુષનું વૃષણુ મજે તો દરેક શક્તિ તેવી રહે છે. જનાવરનું વૃષણુ દાખલ કરવાથી થોડી ધણી માનસિક અસર થાય છે. ઉપરાંત પ્રજા ઉત્પન્ન થઈ શકતી નથી તો કેવી પ્રજા ઉત્પન્ન થાય એ કાણુ કહી શકે ? સ્ત્રીને ગર્ભધારણુ કરાવી જ ન શકે.

૨૨. સવાલ : બળદ, ઘોડા વગેરેના વૃષણો કેમ કાપી નાખવામાં આવે છે ? તે પછી જનનશક્તિ રહે કે ?

જવાબ : પ્રાણીઓમાં અમુક ઋતુઓમાંજ સંબંધ થાય છે તે વખતે પાળેલાં પ્રાણીઓ પણ તોફાન કરી મૂકે છે તે ધણા જાણુતા હશે. કામના જોરના અંગે તે થાય છે. મનુષ્યની ખેતી વગેરે કામની આડે તે ન આવે એટલે સ્વાર્થી મનુષ્યે તેમના

વૃષણો કાઠી નપુંસક બનાવી દીધા. નપુંસક ધણે ભાગે નમ્રજ (docile) રહે છે. જનનશકિત રહેતી નથી. (ત્રીજી વૃષણ ઉપરના ભાગમાં સ્થાને હોય તો આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે થોડી ધણી રહે છે.) વૃષણ કપાયેલા યુવાન કે પ્રાઢ પુરુષને પણ થોડા વર્ષે ઇન્દ્રિય સતેજ થાય છે. પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીમાંથી સફેદ પ્રવાહી પડે છે પરંતુ તેમાં વીર્યનાં જંતુઓ હોતાં નથી અને પ્રજા થતી નથી. પુરુષને ધીમે ધીમે પાંચથી આઠ વર્ષના ગાળામાં સર્વ ઇચ્છા મરી જાય છે. જનાવરોને તેના જન્મગાળા પ્રમાણે શકિત રહે.

૨૩. સવાલ : પુરુષના વૃષણ પર પુરુષત્વ માટે ખાસ ભાર કેમ મૂકવામાં આવે છે ? નાના મોટા વૃષણ પર કાંઈ આધાર છે કે ?

જવાબ : વૃષણથીજ પુરુષ, પુરુષ દેખાય છે. ત્યાંજ વીર્ય થાય છે અને વાસના ઊત્પન્ન થાય છે.

વાસનાવાળા પુરુષોના વૃષણ મોટા હોવાનું કહેવાય છે (આગળ જણાવેલા પ્રમાણ કરતાં નહિ—નહિ તો તે રોગની અગર subnormal નિશાની.) પરંતુ વૃષણના નાનામોટાપણ પર પુરુષત્વ રહેતું નથી. હા, બહુ નાના કે બેઠેલા વૃષણો ન હોવા જોઈએ.

૨૪. સવાલ : નબળા વૃષણમાં નબળું વીર્ય ઊત્પન્ન થાય અને તેની અસર શી થાય ?

જવાબ : નબળા વૃષણમાં નબળું વીર્ય ઊત્પન્ન થાય. શરીરની નબળાઇ તો વીર્યની નબળાઇ. શરીર કે વૃષણ એપી તો વીર્ય એપી. રોગી શરીરમાં નિરોગી વીર્યની ક્યાંથી આશા રાખી શકાય ? આવા રોગીઓએ સંતતિ ઉત્પાદન બંધ કરવું જોઈએ. દેશની આબાદાની અને સ્વાતંત્ર્ય ખાતર નિરોગી પ્રજાની જરૂર છે. અને સ્વેચ્છાથી નહિ તો કાયદાથી રોગી સ્ત્રીપુરુષોની શીરાછેદન કરી પ્રજોત્પત્તિ કરવા દેવાં ન જોઈએ.

તમે સમજી શક્યા હશે. રોગી (નબળા) વીર્યની અસર આથી એક કુટુંબ પર નહિ પરંતુ સારા સમાજ પર થાય છે.

આપણે ઘોડા, બળદ અને કુતરાની ઓલાદ માટે ખૂબ પ્રયત્ન કરીએ છીએ. તમને નથી લાગતું કે આજના યાંત્રિક જમાનામાં (અને ક્યારે પણ) સુંદર બળદ, ઘોડા અને કુતરાના પ્રદર્શન ભરાવાં જોઈએ. સંખ્યાબંધ રોગી અને માંદલા બાળકો કરતાં સંતતિ-નિયમન કરી, થોડા ઘણા સુંદર અને સુદૃઢ બાળકો સારા. અને એટલું પણ જ્યાનમાં રાખો: સુંદર અને સુદૃઢ માતાપિતાજ સુંદર અને સુદૃઢ બાલકોને જન્મ આપી શકે છે. નિયમન એટલા માટે કે વારંવારની સુવાવડથી સ્ત્રીનું શરીર કથળી જાય છે. એક અને બીજા બાળકના જન્મ દરમિયાન ઓછામાં ઓછો પાંચ વર્ષનો ગાળો જોઈએ. હિંદમાં તો વધતી વસ્તી ઘટાડવા માટે વધુ સંતતિ-નિયમન કરવાની જરૂર છે. નહિ, તો થોડાંજ વર્ષમાં ભુખમરો, તમને નથી લાગતો તે ભુખમરો અને તે અંગે થતી મારામારી જોવા કરતાં સંતતિ-નિયમન સાફ.

૨૫. સવાલ: ૧૯, ૨૦ વર્ષનો એક યુવાન લખે છે કે તેમને અંડ વૃદ્ધિની બિમારી છે. ચૈદ વર્ષની વયે એક અંડ સૂઝી અને સહેજ લાંબો થયો અને ડાબી તરફનો મૂળ સ્વરૂપમાં રહ્યો. ધીમે ધીમે બીજાએ પણ મૂળ સ્વરૂપ છોડવા માંડ્યું. તેમને કાંઈ સમજ ન પડી. બંને ઇલેક્ટ્રીક ગ્લોબને મળતા આવે છે. આને સારણગાંઠ કહેવી કે આંતરડું ઉતરે છે? લગ્નની વાતચીત ચાલે છે. લગ્નથી હું સુખી થઈ શકીશ કે? જાણકાર માણસો પાસેથી એવું સમજાયું છે કે અંડવૃદ્ધિવાળો માણસ સ્ત્રીસંગ કરી શકતો નથી. બાઈ વધુમાં લખે છે ‘મારા ડોક્ટરને બતાવવા જઈ તો મારા પિતાને ખચર પડે. તો કાંઈ પેટનું દવા જણાવો.’

જવાબ : પુરુષાંગની રચના વિષયે આપ વાંચી જાવ. તમારી બાબતમાં જાણવાનું મળી શકશે. સંપૂર્ણ જવાબ ઇચ્છનારે પોતાના કુટુંબ અને નજીકનાં સગાંના ઇતિહાસ (આવા રોગ કે અન્ય ચેપી રોગ, લગ્ન વખતે વય, પહેલા બાળક વખતે માબાપની વય, મરણ સાથી થયું તે, ઇ. જણાવવું જોઈએ. તમારા વૃષણ વચ્ચેથી કોઈ સખત પદાર્થ જોડે નહાનપણમાં અથડાયો હોવો જોઈએ. તે વખતે

દરકાર નહિ લેતાં આભુખાભુની નસો એક પછી એક સુઝવા માંડી. વર્ષો વીતતાં અંડ પર અચ્ચર થઈ અને ખીજો વૃષણ પણ સુઝવા માંડ્યો. આંતરડાં ભરેલાં નથી એટલું ચોકકસ. વૃદ્ધાવસ્થા સિવાય આંતરડાં ભાગ્યેજ ઉતરે છે. શરૂઆતમાંજ બરફના ગોળાનો ઉપયોગ કર્યો હોત તો કાંઈ ફાયદો થાત. હવે નહિ. Suspender માપ પ્રમાણે પહેરો. સાધારણ એટરી તો તમને ખચર હશે. તેને વૃષણની ઉપર અધારામાં ધરો. જે પાણી ભરાતું હશે તો આરપાર થોડું ધણું માલમ પડશે. (વધારે સ્વચ્છ) નસોનો સોજો હશે તો તે પણ માલમ પડશે. નસોના સોજામાં તમને ચટકા ભરતા હશે. પાણી ભરાવાથી તેવું દર્દ થતું નથી. જે કે બંનેનો ત્વરિત ઇલાજ કરવાની જરૂર છે. જીનું દર્દ છે એટલે શેક કે માલિશ તમને અસર નહિ કરે -કદાચ વધે. કોઈ પણ પેટ'ટ દવા તમને ઉપયોગી નહિ થઈ પડે. થોડી હિંમત રાખી કોઈ સારા અને અનુભવી ડોક્ટર પાસે જવ. તેને સંપૂર્ણ હકીકત કહો અને તમારા અંગની પરીક્ષા કરવા દો; કોઈ ચેપી રોગ હોય તેની પણ તેમને ખાત્રી કરવા દો. તમારી જે તમારા પિતાને કહેવાની હિંમત ન હોય તો તે ડોક્ટરને કહેવા દો; નહિ તો નાહકના હેરાન થઈ જશો. પાણી જ ભરાતું હશે તો સ્ત્રી સુખમાં વાંધો નહિ આવે, નહિ તો તંદુરસ્તી ન સુધર્યા સુધી લગ્ન કરવાં માંડી વાળજો. કોઈ હોંશી તરૂણીનો નિઃશ્વાસ ન લેશો. તે ઉપરાંત લગ્નની જવાબદારી લેવા જેવી તમારી વય નથી. ખીજો પણ એક રસ્તો બતાવું -કાંઈ હિંમત ન હોય અને જે થોડો ધણો પોતાનો પૈસો પાસે હોય તો બહારગામમાં જઈ સારા ખીનલોભી અને વિશ્વાસુ ડોક્ટર પાસે દર્દની બરાબર પરીક્ષા કરાવો અને ચાંપતો ઇલાજ લો. મને તો પહેલો ઉપાય-ગામનાજ ડોક્ટરનો વધુ ઈષ્ટ અને તમારા લાભનો લાગે છે. હિંમત રાખી દિલ ખૂલ્લું કરો. નહિ તો વધતાં એવો પ્રસંગ આવશે કે તમે ચાલી પણ નહિ શકો. ત્યારે તો તમારા પિતા જાણશે ને ?

૨૬ સવાલ : (૧) પુરુષાંગ એક સરખું ગોળ-ભરાવદાર રહેવા શું કરવું ?

(૨) શિશ્નની ગોળાઈમાં મૂત્ર માર્ગની નસનો ભાગ નીચેથી ખરાબર પડતો હોય તો તેને ગોળાઈમાં લાવવા શું ઈલાજ ?

(૩) લાંબી વય સુધી સંભોગશક્તિ ટકાવવા માટે ઉત્તમ ઉપાય કયો ?

જવાબ : લગ્ન થયાં હોય તો દિવસમાં બેવાર મીઠા તેલનું માલીશ કરવું. શિશ્ન પર ગરમ પાણી (સહી શકાય તેવું) રેડવું કે જેથી રક્તનું પરિભ્રમણ થાય. શિશ્નની આબુઆબુના ભાગ સ્નાન બાદ કકરા ટુવાલથી સાફ કરવા. સારાય શરીરની ત્વચા હંમેશા કકરા ટુવાલથી ધસીને સાફ કરવી. નરમ ટુવાલનો ઉપયોગ હાથ લુછવા સિવાય કે ફેશન પુરતોજ છે. સિંહની ચરખી કે અન્ય તિલાઓ વપરાય છે. પરંતુ ઘણીવાર તેમાં અમુક નુકશાનકારક દવાઓ નાંખાય છે અને ફાયદા કરતાં નુકશાન વધારે કરે છે. સવારે અને સાંજે લિંગને ગરમ પાણીથી ઘોછ કપડાથી સાફ કરી તેલનું શુદ્ધ તેલ દશ મીનિટ માલીશ કરવું. (પરણેલાઓ માટે જ. ઉસ્કેરાટ થાય તો મૂકી દેવો.) માલીશ બાદ લિંગ પર રૂનો પાટો બાંધવો. પાટો ખાસ કરીને રાત્રે બાંધવો, સવારે કાઢી નાખવો. સિંહની ચરખી (કે ગાયનું માખણ) માં કેસર કસ્તૂરી અને જાયફળ સખ્ત ધુંટીને તિલા બનાવવામાં આવે છે. આથી વળાંક પણ દુર થશે, અને નસો ઠેકાણો આવશે. સાદા તેલનો ઉપયોગ વધુ સારો છે. નસોને ઠેકાણે લાવવા (Firing) ડામ દેવામાં આવે છે, પરંતુ આજે ભાગ્યેજ તે કાઈ જાણે છે. લિંગમાં રક્તનું સરખું પરિભ્રમણ કરવા માટે Vacuum massage pump આવે છે. તે પાંચ મિનીટથી વધારે વાપરવો નહિ. તેમાં ખાસ કરીને જેને હવા કમી કરવા માટે ચાવી હોય અને ટયુબ કાચની હોય તે પસંદ કિરવા યોગ્ય છે નહિ તો વધુ ખેંચાતાં શસ્ત્રક્રિયા એકદમ કરવી પડે. ચાવી જતનો Breast massage pump પણ સ્ત્રીઓના સ્તન માટે આવે છે તે ફક્ત જાણ માટે લખું છું. હમેશાં હવાની ચાવીવાળા પંપો લેવા. પરંતુ તમને નસ વધુ પડતી બહાર રહે છે એટલે ઉપયોગી નહિ પડે.

નંખર ત્રણના જવાબમાં નિયમિત જીવન ગાળો—આહાર, વ્યવહાર અને દંપતી જીવનમાં આખા શરીરને થોડી ધણી કસરત આપો. હાથ, પગ, ગળું, પેટના સ્નાયુઓને કસરત આપો. મુખના સ્નાયુઓને પણ કસરત આપો.

આ બાબત થોડી સુચનાઓ આપી ગયો છું. સ્નાન કરતી વખતે ગરમ પાણી શરીર પર નાખી ત્યારબાદ ઠંડુ નાખવું. એમ બે ત્રણ વાર કરવું. ખાસ કરીને માથા અને મુખ પર. તેમ કરવાની જરૂર છે. ત્વચા સાફ અને સ્થિતિસ્થાપક રહેશે. મ્હોટી વય સુધી કરચલી નહિ પડે. દાંત અને પીઠીયાં બે ત્રણ વાર સાફ રાખવાં. દાખીને રક્ત કાઠી નાંખવું અને જમીને મીઠાના કાગળા કરવા. ઇન્દ્રિયના લાલ પુલ ઉપરની ત્વચા ઊંચી કરી ગરમ પાણીની ધાર સ્નાન કરતી વખતે ચાર પાંચ મિનીટ થોડે થોડે અંતરે રેડવી. આથી સ્તંભન શક્તિ વધે છે. ઇન્દ્રિયને ગોળાંક લાવવો હોય તો જ આખી ઇન્દ્રિય પર ગરમ પાણી નાંખવું નહિ તો નહિ. પુલનો ભાગ છોડી વૃષણ પર ઠંડુ પાણી નાંખવું. થાપા વગેરે પર ગરમ પાણી બરાબર પડવા દેવું અને બરાબર સ્વચ્છ રાખવા. સ્ત્રી સંબંધ શરીર તંદુરસ્ત હોય તો પણ અઠવાડીઆમાં બે વાર રાખવો. ગરમ અને માદક પીણાથી દુર રહેવું. સાકર કમી ખાવી અને પાચનશક્તિ કરતાં વધારે ભોજન ન લેવું. Suspender બહાર જતી વખતે પહેરી રાખવું. આટલું કરશો તો બસ થશે. ખુલ્લી હવામાં ઉડો શ્વાસોજ્વાસ લેવાની ટેવ પણ સારો ફાયદો કરે છે.

૨૭. સવાલ : વધરાવળ (વૃષણમાં પાણી ભરાવું તે) કેમ થાય છે ? આથી નુકસાન થાય છે અને પુરુષાતનમાં ફેર પડે છે ?

જવાબ : વૃષણની કાથળીમાં એક જાતનું ઝેરી પાણી ભરાય છે અને પાણી ન કાઢવામાં આવે તો વૃષણ ધણાં વધી જાય છે જ્યારે પાણી ધણાં વધી જાય છે ત્યારે વૃષણ દબાવવાથી પેદુમાં દુઃખાવો થાય છે. વધરાવળના કેસમાં પુરુષાતનને નુકસાન થતું નથી. પાણી મહિનાઓ અને મહિનાઓ સુધી ભરાવા દેવું નહિ. સારા

ડાક્ટર પાસે કઢાવવું. વધુ પાણી ભરાતાં વૃષણના ઘેરાવાને અંગે સંબંધમાં સહજ અગવડતા પડે ખરી. વધરાવળના એવા કાષ્ટકજ કેસ જોવામાં આવ્યા છે જ્યાં પાણી જીનું થતાં તેના ઝેરી તત્વને અંગે વૃષણ ગળી ગયો હોય અને ઇન્દ્રિય અંદર ખેંચાઈને ન્હાની થઈ ગઈ હોય.

૨૮. સવાલ : રાત્રિના ત્રણ ચાર વાર પિશાબ કરવા જાઉં પડે છે. પિશાબ કરવાની ઇચ્છા થયા કરે છે. રાત્રિમાં ગાઢ નિદ્રા આવે અને વારંવાર જાઉં ન પડે એવી કાંઈ દવા ?

જવાબ : આખો વખત પિશાબની ઇચ્છા થવાનું કારણ મુત્રાશયનો સોજો અથવા (અબ્ઝેસ) પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીની નબળાઈ. સિસ્ટેક્સ નામની દવા આવે છે. પરંતુ કોઈ ડાક્ટરને ખતાવી બધો ઇતિહાસ કહી, સારી દવા લો. સત્વવાળા ખોરાક (વિટામીન્સ)થી શરીરમાં સ્ફુર્તિ અને શક્તિ આવશે. રાત્રે સુતા પહેલાં બે કલાક અગાઉ પાણી ન પીવું અને ચણા કે તેવો પદાર્થ ન લેવો એટલે વારંવાર જાઉં નહિ પડે. સ્ફુર્તિ અને શક્તિ આવતાં અને સોજો ગયે જાંઘ આવશે. નહિ તો બે ઔસ ગોળનું પાણી રાત્રે પીને સૂઈ જવું. જર્મન દવાઓ આવે છે પરંતુ તે બહુ મ્હોંઘી છે, જો કે સારી પણ છે. ઇંગ્લીશ 'કલોરેટોન' નામની દવાની ભલામણ (પ્રયત્ન કરતાં જાંઘ ન આવતી હોય તો) કરે છે. શરીર અને મનને સૂતી વખતે ઢીલાં કરી નાંખો. બધું ભૂલી જાવ, આંતરડાં સાફ રાખો અને સૂતા પહેલાં દશ પંદર મીનીટ સારા અંગને વ્યાયામ આપો. જાંઘ આવશે.

૨૯. સવાલ : ૨૪ વર્ષની જ મારી વય. પિશાબમાં સફેદ પ્રવાહી જાય છે. સ્વપ્નદોષ થાય છે. તો ઉપાય શો ?

જવાબ : સુન્નત નહિ હોવાથી કુલ અને તેના ધુમટાની વચ્ચે ફાઈવાર સફેદ પદાર્થ ભેગો થાય છે. તે પિશાબ ભેગો જતાં કાષ્ટકવાર સફેદાઈ લાગે છે. તો ઉપરની ત્વચા સ્નાન કરતી વખતે રોજ નીચી કરી થોડું ગરમ પાણી તે ઉપર રેડો અને સાફ કરો. પિશાબમાં ફાસ્ટેટ જતો હોય તો પણ સફેદાઈ માલમ પડે છે અને અશક્તિ આવે છે. તો તેવે વખતે સોડાવોટર સાથે દુધ પીવાનું દિવસમાં ત્રણ

ચાર વાર રાખજો. પેટન્ટ દવામાં પડશો નહિ.

સ્વપ્નદોષ જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈને અંગે હોય છે. જેને ઈન્દ્રિય પર વાળ વધુ હોય છે તેને સ્વપ્નદોષ ધણે ભાગે વધુ થાય છે. આથી તે ભાગમાં ગરમી વધારે રહે છે. તો વાળ થોડે થોડે સમયે દુર કરતા રહેવા. જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈ માટે નરવાઈન ટોનિક સારું છે. કેલશીયમ વપરાય છે પરંતુ તેનો ખાસ ઉપયોગ હાડકાંની મજબુતી માટે અને સ્ત્રીઓને પ્રસૂતિ પછી આપવામાં આવે છે. સ્ત્રીના અનુભવીને સ્ત્રીનાં સ્વપ્નો આવે તે માનસિક નબળાઈ છે. સંયમ રાખવાની જરૂર છે.

કાંઈના કહેવાથી પોટેશિયમ ઓમાઈડ કે એવી દવા લાંબો સમય ન લેશો. સંયમ ઇચ્છવા યોગ્ય છે આત્મભજન ન કેળવાય ?

૩૦. સવાલ : મારો છોકરો ચાર વર્ષનો છે છતાં ય પથારીમાં પિશોબ કરે છે તો શું કરવું ?

જવાબ : બે વર્ષ સુધી તે ટેવ સહન કરી શકાય. શરૂઆતમાં બાળક સહજ સ્હમજતું થયું (વર્ષ કે બહુ તો દોઢ વર્ષ) ત્યારથી જ તેને સમજાવીને અમુક ટેકાણે પિશાબ કરવાની ટેવ પાડો. રાત્રે સૂતી વખતે પિશાબ કરાવી સુવાડો. દરેક સ્ત્રી આ જાણે છે અને તમને ખબર નથી ? માતાપિતા આ વખતમાં બેદરકારી રાખે તો મ્હોટી વય સુધી તે ટેવ જતી નથી.

અને માટે સાધારણ ઉપાય એ છે કે પોલાદના બારીક તાર વડે મૂત્રમાર્ગની અંદરની બાજુ પર સિલ્વર નાઇટ્રેટ લગાડવું અને ડોક્ટર પાસે એટ્રોપિન, ટિંકચર ઓફ ફેરિક ક્લોરાઇડનું મિક્ચર લેવું. કેટલાક ડોક્ટરો ફે કે ફે ગ્રેન થાયરોઇડ ગ્લેન્ડ આપે છે અને ડોક્ટર અર્ગટ પણ આપે છે. દવા બધી વિલાયતી છે અને ડોક્ટર પ્રમાણુ વચના પ્રમાણુમાં કહેશે. આ ઉપાય મોટા કે યુવાન માટે છે, ન્હાનાને કુદરતી દોષ ન હોય તો ટેવ અને કાંઈવાર થોડાધણા ધાકથી સુધરી જાય છે. બાળકને બ્હીવડાવવાથી કામ નહિ થાય. પાંચ છ મહીના બાળકને ટેવ પાડો નહિ તો સિલ્વર નાઇટ્રેટનો ઉપયોગ શરૂઆતમાં કરો.

૩૧. સવાલ : નપુંસકતા શાથી આવે છે ?

જવાબ : પોતાને જ લગતો પ્રશ્ન પૂછ્યો હોત તો વધુ ઈચ્છવા યોગ્ય છે. આના પર કેટલાંક પાનાં લખી શકાય. પરંતુ વાચકના કાયદા અને જાણ માટે હું દુકામાં પતાવીશ.

જન્મથી કેટલાક નપુંસક જન્મે છે પરંતુ તે અતિ જુજ હોય છે. અવાજ કેળવવા કે જ્ઞાનખાનામાં સ્ત્રીઓને સાચવવા ભીમકાય પુરૂષોને પહેલાં નપુંસક બનાવવામાં આવતા હતા. કેટલાક અતિ સ્ત્રી સ્વભાવવાળા પુરૂષો (બાયલા) સ્વપુશીથી વૃષણ અને લિંગનું છેદન નહાનપણમાં કરાવે છે. કેટલીક જંગલી જાતિઓમાં જે યુવાન સુન્નત વખતે તોફાન કરે છે તે સહન કરી શકતો નથી તો તેનાં બંને વૃષણ છુંદીને નપુંસક કરી નાખવામાં આવે છે અને તે યુવાનનો અકુદરતી સંબંધ માટે ઉપયોગ થાય છે અને તે ગુલામી જીવન ગાળે છે. કેટલીક જંગલી જાતિઓનાં સ્ત્રી જેવા હાવભાવ કરતા (બાયલા) યુવાનના વૃષણ (અને કોઈવાર લિંગ પણ)નું છેદન કરવામાં આવે છે અને તેના જાતિના પુરૂષો અકુદરતી સંબંધ માટે ઉપયોગ કરે છે. દાઢી મૂછ તેને ઉગતાં નથી અને અનૈસર્ગિક સંયોગને લીધે તેના શરીરમાં પણ થોડો ધણો ફેરફાર (સ્ત્રી જેવી સ્તન આકૃતિ, અવયવો બરાબર અને પોચા, મોટું પેટ ઇ...) થાય છે.

આ ઉપરાંત જે યુવાન છોકરાનો જાતીય દુરુપયોગ થાય છે તેની પોતાની પુરુષોચિત વાંછના મારી જાય છે. અને ધીમે ધીમે નપુંસકતા આવી જાય છે. આમ પુરુષ હોવા છતાંય સ્ત્રી સંબંધ તે કરી શકતા નથી. અને લાંબી કુટેવ પછી સ્ત્રી જાયિત બાવના અને આકાર થવા લાગે છે. વૃષણ અને લિંગ પણ નાના થવા માંડે છે. તેમને ધણે ભાગે વીર્યની શીરાઓમાં રક્તનો જમાવ (વેરિકોસીસ-એક જાતનો વીર્ય ગ્રંથીઓનો ચેપ) થાય છે. કેટલીક જંગલી જાતિઓમાં જે યુવાનને નપુંસક બનાવવાનો હોય તેને પહેલાં એક દિવસમાં અનેકવાર હસ્તદોષ કરાવી અતિ વીર્યપાત કરાવી નાંખે છે. પણ તેને સવારથી સાંજ સુધી ઘોડા પર બેસાડી રાખવામાં આવે છે. આથી રાત્રિમાં પણ વીર્યપાત થાય છે. અશ્વ પર વારંવાર ને કાયમ બેસી રહેવાથી ઉત્પાદક અવયવોને મળવું જોઈતું પોષણ મળી શકતું નથી. આવી બિન્ન બિન્ન

રીતે યુવાનેને નપુંસક બનાવી દુરુપયોગ થાય છે.

યૌવનકાળમાં અતિશય ભોગેથી પણ પાછલી વયમાં નપુંસકતા આવે છે તે ઉપરાંત રોગને અંગે (પ્રમેહ, ગોનોરિઆ ક્ષય, મહારોગ ઇ.) પણ નપુંસકતા આવે છે. કેટલાકને સ્ત્રીના શબ્દ, હાવભાવ કે અંગદર્શનથી વીર્યપતન થાય છે. તે પણ વય વધતાં નપુંસક થઈ જાય છે. અને વય વધતાં કુટેવ અને અનૈસર્ગિક વ્યવહાર તરફ આકર્ષાય છે. જેમ સ્ત્રી ને મેદ વધતાં સંતાનવતી થવાનો સંભવ કમી રહે છે તેમ પુરૂષને મેદ વધતાં (ખાસ કરીને પેટની ચરબી વધતાં) સંતાન પ્રાપ્તિ થવાનો ઓછો સંભવ છે. મેદ વૃદ્ધિ (obesity) વાંઝણીપણા પ્રમાણે નપુંસકતાને જન્મ આપનારી માતા થઈ પડે છે. આવા પુરૂષો ઔષધોપચારથી મેદ કમી કરી પૂર્વવત્ થઈ શકે છે. તેવા લોકોએ Sugar and starch વાળા પદાર્થોનું સેવન ન કરવું જોઈએ.

કોઈકને શારીરિક શોષણ થવા માંડે છે અને શરીર ગળવા માંડે છે. છેવટે વૃષણ અને લિંગ પણ પોતાની શક્તિ ગુમાવે છે. નાના મગજમાં કાંઈ અવ્યવસ્થા હોય તો તે મનુષ્યની વાસનાશક્તિને પણ અસર કરે છે અને વૃષણ ગળી જાય છે. તેવા મનુષ્યને ગાંડપણ લાગવાનો પણ સંભવ છે. આ નાના મગજની અવ્યવસ્થા કે તેને પહોંચેલી ઇજાને અંગે મનુષ્ય સર્વ રીતે શરૂઆતમાં ખરાબર દેખાય પણ વૃષણ વગેરે ગળી જાય છે. સમય જતાં હાથ પગ વગેરેની શક્તિ જાય છે. શ્રવણ અને દર્શન (આંખ અને કાન) ની શક્તિ પણ કમી થાય છે કે લોપ થાય છે. રક્તવાયુ (રતવા) અને ફેફસાંનો કોઈ પણ રોગ પુરુષાતનને ખરાબ અસર કરે છે.

નાના મગજને આઘાત થતાં પણ મનુષ્યના વૃષણ અને સંભોગ-શક્તિને અસર કરે છે. કરોડરજ્જુની વ્યાધિના યોગે પણ મનુષ્યને નપુંસકતા પ્રાપ્તિ થાય છે. કોઈકજ વાર એવું બને છે કે કરોડ રજ્જુમાં એક જાતના જંતુઓ થાય છે તેને અંગે શિશ્ન દીર્ઘ સમય સુધી જાગૃત રહે છે અને તેને વારંવાર સ્ત્રીસંયોગની ઇચ્છા થયા જ કરે છે અને વીર્યપાત પણ થાય છે. પરંતુ સમય જતાં જંતુ કમી થતાં ઇચ્છા કમી થવા માંડે છે અને છેવટે નપુંસકતા પ્રાપ્તિ થાય છે.

અને જે પ્રમાણુ વધુ જોરમાં હોય તો શિશ્ન અને વૃષણ ગળી જાય છે. નપુંસકતા કે વીર્યશક્તિ કમી થતાં પુરુષ હિંદુવૈદ્યામાં (ડોક્ટરની, વૈદની જાહેરખબરી દવાઓ કે ખોટા આશ્વાસનોમાં) પડે છે અને શક્તિની વિશેષ પાયમાલી થાય છે. આજે કેટલાય વૈદ ડોક્ટરો આવી ખોટી શક્તિ, સ્તંભન, સંક્રાંચન વગેરેની જાહેરોતોથી શ્રીમંત થઈ બેઠા છે અને તે દવા લેનારાઓના શરીરનું સત્યાનાશ કરી મૂકે છે. આ માટે સરકાર તરફથી ખાસ પ્રતિબંધની જરૂર છે. આવી દવાઓ અને સેળસેળ ઘી, દુધ અને બેળસેળવાળા સામાન પર ખાસ પ્રતિબંધ મૂકવાની જરૂર છે. વ્યાપારી ધણે ભાગે પોતાના સ્વાર્થ તરફ જ વધુ લક્ષ આપે છે અને આજે વ્યાપારમાં વધુ હરિકાઈ થવાને અંગે ગમે તેવો બેળ કરી વધુ પૈસા મેળવવાની ઇચ્છા કરે છે. દિલગીરીની વાત છે કે આપણી પોતાની સરકારે પોતાના અમલ દરમિયાન ખીજા ધણા હિતકારક કે અહિતકારક કાયદાઓ કર્યા છે પરંતુ મનુષ્યની તંદુરસ્તીના વિષયો પર ઉદાસીનતા સેવી છે. મ્યુનીસીપાલિટીના ધણાખરા અધિકારીઓ પણ મારી જાણુ પ્રમાણે ભાગ્યેજ જનતાની તંદુરસ્તી તરફ દરકાર કરે છે.

પૌરુષેય પ્રાપ્ત કરવા માટે સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી અને માનસિક સંયમની જરૂર છે. બિલ્ડસ ચિત્રો, ચિત્રપટો, વાર્તાઓ, માનસિક વિદ્યુપ સ્વપ્નો, સ્ત્રીઓ જોડે એકાંત, હસ્તદોષની ટેવ, સ્વજાતીય સંબંધથી દૂર રહેવું જરૂરી છે. જેને કાર્ધ સ્વદોષને કારણે કે પ્રૌઢ વયમાં વીર્યનું કમીપણું લાગે કે જલદી વીર્યપતન થાય તેને ઉપલા નિયમો ખાસ પાળવાની જરૂર છે. તે ઉપરાંત અમુક સમય સુધી સ્વપત્નીથી દૂર રહેવાની જરૂર છે. તે ઉપરાંત અન્ય સ્ત્રી જોડે માનસિક વિદ્યુપ કલ્પના કે સ્પર્શ પણ ન કરવો અને પ્રેમાલાપથી દૂર રહેવું. સ્ત્રીજાતિના વિષય પર મિત્રમંડળમાં વાતચીત થાય તો તેનાથી પણ દૂર રહેવું. વિટામીન્સ (શરીર પોષક તત્ત્વો) લેવાં, લીલાં શાકભાજી અને ફળફળાદિમાં શરીરપોષક તત્ત્વો ધણા પ્રમાણમાં રહે છે. ફળફળાદિ કે ઘી દુધ જેવા પદાર્થો આજની અતિ વસ્તી અને બેકારીના જમાનામાં બધાને લબ્ધ થવા મુશ્કેલ છે પણ સાધારણ લીલી ભાજી અને શાકમાં પણ પોષક

તત્વો વધારે છે. શાક ખાશીને પાણી કાઢી નાંખવાની ટેવ ન રાખવી. તેમ કરવાથી તેનાં પોષક તત્વો નીકળી જાય છે. બટાકા ગરમ પાણીમાં ખાશીને પાણી કાઢી નાંખવાની ટેવ ન રાખવી. તેમ ન કરતાં તેને અપુષ્ટી સોરી સીધું શાક કરવું. તે ઉપરાંત લોટમાંથી છેક બારીક ચાળણીથી ચાળી બધું થુલું કાઢી ન નાંખવું. લોટમાં જેમ બને તેમ વધારે થુલું રહેવા દેવું. ઘોળો દુધ જેવો મેદો ફક્ત સ્વાદેન્દ્રિયને સારો લાગે છે, શરીરને નહિ. એ ઘોળો મેદો કે એવા પદાર્થો લાંબો વખત ખાવાથી આપણું તંદુરસ્ત શરીર અશક્ત બની જશે અને રોગના ભોગ બની જવાશે. તે વખતે આપણું શરીર બીજાની નજરે સાફ નહિ લાગે અને બીજા આપણાથી દૂર રહેશે. કુરૂપ અને રોગી શરીરને ફેશન લાંબો વખત ઢાંકી નહિ શકે. જેને કુદરતી કે જન્મની નપુંસકતા હોય તેને ઉપરના નિયમો પાળવા અને જરૂર પડે નીચેની દવાનાં દશ ટીપાંજ એક ઐસ પાણીમાં લેવા સાથે થોડો કોકો (કોફી જેવો પદાર્થ) આવે છે અને કેમીસ્ટને ત્યાં મળી શકશે. દવા સારા ડોક્ટર કેમીસ્ટ પાસે લેવી. જાહેરખબરી દવાનો ભોગ ન બનવું) સહેજ ઠંડો પાડી લેવો.

સલ્ફેટ ઓફ સ્ટ્રીકીન્યા એક-એન.

એસીડ હાઇપોફોસ્ફોરસ ડાયલ્યુટ-એક ઐસ.

આ દવા થોડે ધણે અંશે ઉત્તેજનકારક લાગે એટલે નપુંસકતા જતાં તે બંધ કરવી અને કુદરતી ભોજન પર રહેવું. રાત્રે સુતા પહેલાં આ દવા લેવી નહિ. દિવસમાં ત્રણવાર દશ દશ ટીપાં લેવાં.

૩૨. સવાલ : પાંઘ્ય રોગ (નપુંસકતા) નાં વૈદકની દ્રષ્ટિએ લક્ષણો કયાં અને તેનો સાદો ઉપાય શું ?

જવાબ : જે પુરુષ વાણકિયા (ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે વીર્યવૃદ્ધિ અને પુષ્ટિ આપનાર ખોરાક અને નિયમો) પ્રમાણે રહેતો નથી તે સમય જતાં ધ્વજભંગપણાને (નપુંસકતા) પામે છે.

એ રોગવાળા પુરુષથી શીતળતા (કંડી), ગરમી, તેજ, ભુખ, તરસ, મહેનત, પીડા વગેરે થોડાંજ સહન થાય છે. તેના પગની

પિંડીઓ તથા સાંધા ઢીલા હોય છે.

તેનું શુદ્ધિબળ અને ઇદ્રિયોની શક્તિ હીન હોય છે. મુખકાંતિ શીકકી રહે છે અને જઠરાગ્નિ પણ થોડે ધણે અંશે મંદ રહે છે. સાધારણ રીતે તે દીન સરખો દેખાય છે. જો કે આજના ફેશનના જમાનામાં કેટલાક ઉપરનો દેખાવ કરે છે.

જન્મથી મજેલી નપુંસકતા તથા વીર્યસ્થાનના છેદન કે મોટી ધ્રુજ થવાથી આવેલી નપુંસકતા અસાધ્ય છે. તે માટે દવાથી કે ઉપાયો કરી શરીર તથા લક્ષ્મીનો વ્યય કરવો નહિ. અતિ વૃદ્ધાવસ્થા ન હોય તો બીજા ધણે અંશે સાધ્ય છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં યુવાની ભોગવવાના ક્રોડ ન રાખવા. તેથી પોતાને શારીરિક અને માનસિક બંને રીતે નુકસાન થાય છે. લિંગ ઉસ્કરાટ માટે કામપણુ દવા વાપરવી નહિ. જેટલા જોરથી મનુષ્ય ઉત્તેજના અનુભવે છે તેટલા જોરથી તે પાછો પડે છે અને વધતી વયે આવી ઉત્તેજનની દવા લેતાં કે હરહંમેશ વધતી વયે અકુદરતી રીતે હસ્તદોષ કરતાં વીર્યપાત પછી તરતજ આંચકા લાગતાં લકવા જેવા રોગ લાગુ પડે છે અગર મગજની ધોરી નસ તૂટી જઈ મરણ થવાના દ્રષ્ટાંતો બનેલા છે. પુરુષ અગર સ્ત્રીએ સંયમના પાઠો (શારીરિક અને માનસિક) બાળપણથી શીખવા જરૂરી છે કે જેથી વાસના નિયમમાં રહે. અને પ્રૌઢ અને વૃદ્ધવયે ધૈર્યપરાયણ થવાય. વૃદ્ધવયે અન્ય યુવાનના કે વાંદરાના વૃષણ થોડા મહિના જોર આપે છે પરંતુ છેવટે વૃદ્ધશરીર પોતાનું વાર્ધક્ય આગળ લાવે છે. પૈસાલોભી વૈદ કે ડોક્ટર પોતાની બીન-ઉપયોગી અને કાઢીની કિંમતની દવા આગળ ધરે છે. આજે જે મોંઘી કિંમતે દેશી કે વિલાયતી દવા વેચાય છે તેમાં દવાની કિંમત ભાગ્યેજ કાંઈ હોય છે. એ તો જાહેર ખર્ચરથી પૈસા કમાવાનો રસ્તો છે. આ માટે આયુર્વેદિક અનુભવસિદ્ધ દવાના પ્રયોગો નીચે આપ્યા છે.

આયુર્વેદિક ઉપાયો. (૧) જેડીમધનું ચૂર્ણ એક તોલો લઈ તેમાં ૧૥ તોલો મધ તથા ૨ તોલા ઘી નાંખવું અને પાચન થાય તો ઉપર આશરે ૦૫ શેર ગાયનું દુધ પીવું.

(૨) જેડીમધ, વાંસકપુર, પીપર, બોયકાહળું, એ સમાન

ભાગે લઈ તેનું ચુર્ણ કરી એક તોલા ચુર્ણ એ તોલા સાકર સાથે ખાવું એમાં સહજ ત્રિકુળા ચુર્ણ નાખવામાં હરકત નથી.

(૩) ગળા, આમળાં, ગોખરૂં, એ ત્રણને સમાન ભાગે લઈ ચુર્ણ કરી એક તોલા ચુર્ણમાં એ તોલા સાકર અને એ તોલા ઘી નાખવું.

(૪) ઘોળા ચણોડીને છોડાં કાઢી દુધમાં રસાયણિકપાક કરી પ્રમાણમાં આપવામાં આવે છે. પરંતુ ચણોડી એ વિષ છે અને ખોટી ઉત્તેજના આપે છે તો અનુભવી અને ખીનલોભી વૈદ્યની સલાહ લીધા વિના તે લેવી નહિ.

(૫) અરીણ, જયફળ, જવત્રી એ ત્રણ ચીજ ના તોલો (સમાન) લઈ તેને નાગરવેલના પાનના રસમાં ચાર કલાક સુધી ખરલમાં ઘુટવી. તેની આઠ ગોળાઓ બનાવવી તેને સુગંધ મિશ્રિત કરી પાનમાં આપવી, વય અને શરીરના પ્રમાણમાં વૈદકિય સલાહથી પ્રમાણ કમી જાસ્તી કરવું પડે છે. અરીણ એ એક માદક ઝેર છે તે ખ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે.

(૬-૭) વજ, આસંધ, ગજપીપર અથવા તો વજ, ઉપલેટ આસંધ એ સર્વને સમાન ભાગે લઈ ચુર્ણ કરી ગાયના માખણમાં મેળવી તેનો લેપ કરવાથી લિંગ વૃદ્ધિ થાય છે.

(૮) ઘોળા તથા લાલ કરેણની જડ લેવી તથા દારૂળદર, ગજપીપર, નવસાર, અકલકરો, આંકડાનું મૂળ આ સર્વ ઔષધ સમાન ભાગે લઈ, પાણી સાથે વાટી તેનો લિંગ પર લેપ કરવાથી થોડી વૃદ્ધિ થાય છે.

(૯) અરીણ, વછનાગ, ધરસનાં ખીજ અને જયફળ એ સર્વ સમાન ભાગે લઈ તેનું ચુર્ણ કરી ગાયના ઘીમાં મેળવી લિંગ પર લેપ કરવાથી કામવૃદ્ધિ થાય છે.

ઉપરના લિંગવૃદ્ધિના ઉપાયમાં થોડામાં જ સફળતા મળે એવી ભારી માન્યતા છે. તંદુરસ્ત શરીર અને મન અને સંયમ સાથે પચવા પ્રમાણે શાકભાજી, ફળફળાદિ, ધી, દુધ, અને ગાળ (ખાંડ

શરીર દ્રષ્ટિએ હિતાવહ નથી, ખાંડમાં પૌષ્ટિક તત્વો ઘણાં કમી હોય છે. દેખાવમાં સારી દેખાય એટલું જ થી પૌરુષ્ય આવશે અને શરીરસૌહર્દ આવશે.

સૌભાગ્યપુષ્ટિ શુક્ર વિવર્ધનानि
 किं सन्ति नो भुवि बहूनि रसायनानि ।
 कंदर्पवृद्धिं जननस्तु हिताय्ययुक्त
 दुग्धाहते न मम कोपि मतः प्रयोगः ॥

૩૩. સવાલ : નપુંસકતાના કેટલા પ્રકાર હોઈ શકે ?

જવાબ : સાધારણ રીતે સાત (૧) શારીરિક ખોડને અંગે (૨) જન્મથી જ (૪) બાલવયે કે યુવાન વયે અતિ સંભોગ કર્યાથી પ્રૌઢ વયમાં જ નપુંસકતા આવે છે. (૫) વૃદ્ધાવસ્થાને અંગે, વૃદ્ધાવસ્થામાં શક્તિ ઘટવાજ લાગે છે. અન્ય અવયવોની માફક આ અવયવો પણ ઓછું અગર બીલકુલ કામ આપતા નથી. (૬) માનસિક કારણને અંગે. શારીરિક શક્તિમાન હોવા છતાં કોઈ કારણને અંગે મગજમાં એવું દેશી જાય છે કે પોતે સ્ત્રીસંયોગ નહીં કરી શકે. (૭) સ્વજાતિ જોડે કે સ્ત્રી જોડે અકુદસ્તી વ્યવહાર કરનાર, પશુ સંગથી કે વધુ હસ્તદોષવાળા પણ આમાં સમાઈ જાય છે.

માનસિક ખોડમાં એવો પણ વર્ગ સમાઈ જાય છે કે જેને અમુક પૂર્તિઓ થાય તોજ સંતોષ થાય. એમાં સ્ત્રી પુરુષ બન્નેનો સમાવેશ થાય છે. તેવો પ્રસંગ આવ્યા સિવાય કે તેવા સાધનો સિવાય સંયોગ કરવાને તે અશક્ત બને છે. ગુપ્તભાગની શારીરિક ખોડને અંગે કે જન્મની નપુંસકતા જન્મજાત માલમ પડે છે. લિંગની વિકૃત્તિ કે ઉત્થાપન નસોનું ન હોવું (lack of erectile-tissues) એ પણ સાધારણ રીતે કુદરતી ભાગ્યેજ હોય છે. અકસ્માત-અંગે કે ગંદા રોગોને અંગે લિંગ કે વૃષણ કાપવાથી નપુંસકતા આવે છે. જ્યાં જ્યાં પુરુષોને રોગિષ્ટ સ્ત્રી કે વેશ્યાનો સંબંધ રહે છે ત્યાં જોનોરિયા કે ચાંદી જેવા ખરાબ રોગો થાય

છે અને લિંગ કે વૃષણ છેદન કરવું પડે છે.

અશક્તિ-તાવ કે અન્ય કારણને અંગે થોડા વખત નપુંસકતા રહે છે. એવી રાગો ડાયબીટીસ (મધુમેહ), પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીનું વધવું, પેટનું વધવું, મેનનગ્ગાઇટિસ જેવા રાગો લોહીની વિકૃતિ વગેરેને અંગે પણ નપુંસકતા આવે છે. સાધારણ રીતે નિયમોમાં રહેતા પુરુષને ૫૦ વર્ષ પછી સંભોગશક્તિ કમી થાય છે. અને ૭૫ વર્ષ પછી લગભગ નાશ પામે છે.

માનસિક આઘાત અંગે પુરુષ નપુંસક થાય છે. પોતામાં શક્તિ હોય પરંતુ સ્ત્રી પાસે જતાં શું થશે તે ખ્યાલે ઉત્થાપન થતું નથી અને માનસિક ઉશ્કેરાટ થાય. પાસે જાય અને પ્રયત્નો કરતાં પણ સંબંધ (પ્રવેશ) સાધી ન શકાય, અને આ પ્રવેશ ન સાધવાથી માનસિક આઘાત વધતોજ જાય છે. આવા ધણા પ્રસંગોમાં સ્ત્રી જો પુરુષને હિમ્મત આપે, પોતે ઉત્તેજના આપે, તેની નબળાઇની મશ્કરી કે વાતો ન કરે તો પુરુષ ઉત્તેજના પામી સંબંધ કરી શકે છે. એકાદ બે દાખલા આપું:—સારી ભણેલી અને કમાતી સ્ત્રી હોય, પરંતુ શરીરે તંદુરસ્ત હોય પણ બુદ્ધિયે કમી હોય, પુરુષ આજના બેકારીના જમાનામાં ન કમાઈ શકતો હોય કે થોડું કમાતો હોય તો તેને લાગ્યા કરે છે કે પોતાની પત્ની ચઢીઆતી છે, તેના પર વાસનામય આક્રમણ કેમ થાય, તેની જોડે સંબંધ કેમ સધાય. પુરુષ કમાતો હોય છતાં નરમ હોય, સ્ત્રી ભણેલી હોય કે નહોય પણ પતિ પર રૂવાળ રાખતી અને વારંવાર તેને ઉતારી પાડતી હોય અને પોતાની કે સ્ત્રી જાતિની સરસાઇ બતાવવા માંગતી હોય તો તે માનસિક અને શારીરિક વાસના જાગતાં સ્ત્રી પાસે પહોંચી શકતો નથી. અને જાંઘમાં હોય અને જગાડતાં સ્ત્રી બૂમ મારી ઉઠે ‘કેમ મને જગાડી’ તો ઉત્થાપન અને ઉત્સાહ બધાજ મરી જાય છે. આવે પ્રસંગે સ્ત્રી તરફથી ઉત્તેજનાની જરૂર છે. આવી પત્નીઓએ સરસાઇ ભોગવવાની છોડી દેવી જોઈએ. શાંત નહિ તો સુખી દંપતીજીવન ગાળવું હોય તો એકબીજાને જાતીય સંબંધમાં નભાવી લેવું જોઈએ. પ્રેમના શબ્દો પાસે બેસીને વાર્તાલાપ

પુરુષમાં હિંમત લાવ છે. એટલું યાદ રાખવાની જરૂર છે કે ગમે તેવી ભણેલી ગણેલી અને બાહોશ કે કમાઉ હોય તો પણ તે સ્ત્રી છે અને સ્ત્રીને વાસના થવાનીજ. કહેવાતા સુધારાની ટાચે પહેંચ્યા પછી પણ પાશ્ચાત્ય દેશમાંથી વાસના કે જંગલીપણું કમી થયું છે ?—જરા પણ નહિ—અન્ને વધ્યાં છે. ઉપરના જેવા પ્રસંગોમાં પત્નીએ પતિને સ્નેહભર્યાં આવકાર આપવાની જરૂર છે અને પોતે ગમે તેવી સ્થિતિએ હોય છતાં પતિની પત્ની છે અને સ્ત્રી છે. પહેલા પ્રસંગોમાં હિંદુ સ્ત્રી ધણે ભાગે પતિ પાસે નરમ રહે છે અને પતિ આમ બીકને લીધે દુર રહેતો હોય જૂરાય છે અને શરમને લીધે તે પોતાના આસમાનમાંથી ઉતરવાની ઇચ્છા છતાં મહામહેનત પડે છે. છેવટે અસહ્ય લાગતાં ‘આવોને’ કહેવું પડે છે; અગર માંદગીને ટાંગ કરવો પડે છે. તેવી સ્ત્રીએ પુરુષને માનસિક ઉત્તેજના આપવીની જરૂર પડે છે. અને પુરુષને લઘુતા લાગતી હોય તો તે બાવના દુર કરાવવી નહિ તો સંસાર જાંઝવાના જળ જેવોજ રહેશે. બીજા પ્રસંગમાં સ્ત્રીએ માલીકપણાનો ડોળ કમી કરવો જોઈએ. પુરુષ કે સ્ત્રીએ એક-બીજાના મિત્ર થઈ રહેવું જોઈએ અને એકબીજાને ખાતગીમાં કે કોઈના દંપતી ઉતારી પાડવા પ્રયત્નો કરવા ન જોઈએ. આથી જ કામિક અને માનસિક એક સ્ત્રી પુરુષની મૈત્રી જીવનભર ટકી રહે છે અને સંસાર સ્વર્ગ બને છે.

એક દાખલો આપું: એક શરીરે સશક્ત અને સુખી પુરુષે એક અતિ સુંદર અને નાજુક યુવતિ જોડે લગ્ન કર્યાં. આ લાવણ્યમય કામળ દેહ પર આક્રમણ ઇચ્છા છતાંય તે પુરુષ ન કરી શક્યો. તેને પોતાના એક મિત્રને આ વાત કરી. તેના મિત્રે કહ્યું કે મને પહેલાં તમારી પત્નીનું હૃદય જાણુવા દે. એ મારી બેન જેવી છે. એ તને ખાત્રી હશે. ત્રણે જણાં એકવાર વાત કરતા હતાં ત્યારે તેનો પતિ કાંઈ કામ નિમિત્તે ખસી ગયો. મિત્રે તે સ્ત્રીને પોતાના મિત્ર શું કહ્યું તે શિષ્ટ રીતે કહ્યું. તે નીચે મુખે સાંભળી રહી. મિત્રે પુછ્યું કે તમારે દંપતી જીવન ગાળવું છે સ્ત્રીએ શરમથી હકાર આપ્યો. તેને જણાવ્યું. કે તમેજ પહેલ કરો, લાડ કરો, પ્રેમ કરો, તેના પ્રત્યેક અંગ જોડે

રમત કરી વાસના ઉશ્કેરી મુકા. કામળતા, તેમાં શું ? તમે સ્ત્રી છો અને સ્ત્રીની વાસના અને શક્તિ ધરાવો છે તે તેને કહો. પતિ ઉત્તેજિત થતાં તમારું જીવન સુખી થઈ જશે. અને તે લાવણ્યવતીએ સહજ શરમ બાળુ મૂકી. તેજ રાત્રિએ પતિ સાથે આનંદ ભોગવ્યો.

૩૪. સવાલ: લગ્ન પછીની જરૂરી સૂચનાને જાતીય વ્યવહારનું માર્ગદર્શન આપશો ?

જવાબ: લગ્ન બાદ પ્રથમ સંબંધ વખતે સ્ત્રી કે પુરૂષ એક બીજાની શારીરિક ખોડ કે શક્તિ પર ટીકા કરે તો તે અસર લાંબો સમય ભુંસાતી નથી. તેને અંગે પુરુષ અને સ્ત્રીને ઠંડાઈ આવે છે. પુરૂષની તે લાવના અને મંદતાને Impotency અને સ્ત્રીની Frigidity કહે છે. સ્ત્રીની આ મંદવાસના માટે આગળ આવશે. આર્યાવર્તની સ્ત્રીઓને ભાગ્યેજ લગ્ન પૂર્વે અન્ય પુરુષ પ્રસંગ હોય છે. પરંતુ પાશ્ચિમાત્ય કે અન્ય દેશોમાં સ્ત્રીપુરૂષસહચાર તરફ ધૃણા કે શંકાની નજરે જોવાતું નથી. (જો કે અંદરખાનેથી પુરૂષ— પોતાની પત્નીનું જાતિય શૈથિલ્ય કાઢપણું સંજોગોમાં સહન કરી શકતો નથી.) તે અંગે લિંગના નાનાપણા વિષયે સ્ત્રીની (પત્ની કે અન્ય કોઈ સ્ત્રીની) મશ્કરી કે ટીકા, કે ઓછા સ્તંભન વિષયે મશ્કરી કરવી કે બીજી કાંઈ શારીરિક અશક્તિ વિષયે.

આ ઉપરાંત શારીરિક કે ધરની અસ્વચ્છતા, ભય, ગુસ્સો, વ્યવસાયમાં ગુંથાયલા રહેવું; સ્ત્રીના શરીરની અસ્વચ્છતા કે યોનિની દુર્ગંધ, સંતતિ નિયમન માટે વપરાત સાધનોની વાસ, સ્ત્રીને ગર્ભ રહેવાની ભીતિ, વીર્યપાત સિવાય લિંગ બહાર કાઢી લેવાની ચિંતા વગેરે સુગને લીધે, નપુંસકતા (તેટલા સમય માટે અને તે સ્થિતિ કાયમ રહે તો નપુંસકતા કાયમ રહી જવાનો ભય રહે છે) આવવાનો ભય રહે છે. આ ઉપરાંત પુરુષને વાપરવાના સાધનથી ડેટલાકને ઉત્થાપન થતું નથી કારણ કે તેથી સ્ત્રી પુરુષના અંગનું એક બીજા સાથે ધર્ષણ થતું નથી. આ આનંદ કમી થવાને અંગે ધણા તે નાપસંદ કરે છે. સ્ત્રી પુરુષને સંબંધમાં સાથ ન આપે તો સમજી પુરૂષ સ્ત્રીથી દૂર રહે છે અને અસંતોષને અંગે ઉત્થાપન પણ થતું નથી. તેથી

પતિપત્નીએ આવી ગેરસમજાતીથી દૂર રહેવાની, સ્વચ્છતા રાખવાની વગેરે ખાસ જરૂર છે. પતિપત્નીના સુવાના પાસે ઘોંઘાટ, બીતિ કે દુર્ગંધ રહેવી ન જોઈએ. તે પણ મંદતા લાવે છે. એકજ ઓરડામાં પતિપત્ની મોટાં બાળકો સાથે સુવે તો (વચ્ચે કપડાનો પડદો હોય છતાં પણ) મોટા સંક્રાંત્ય ઉભો થાય છે અને ઉભયમાં મંદતા આવે છે અને ગમે તેમ શાંત રીતે સંબંધ પૂરો કરવો પડે છે. જે વર્ગોમાં આમન્યા છે ત્યાં આવું બને છે. જ્યાં આમન્યા નથી ત્યાં વ્યભિચાર પ્રવર્તે છે, અને કોઈવાર ભૂલ થતાં ભારે સહન કરવું પડે છે. મુબઈ, કલકત્તા જેવાં મોટા શહેરોમાં જ્યાં જો કે બે ઓરડીમાં સુવાનુ હોય ત્યાં આમ ધણીવાર થાય છે, અને વખત જતાં નફકટાઈ અને સ્વચ્છંદતા યુવાન પતિ પત્નીમાં આવી જાય અને આના છેવટનાં પરિણામ ધણાં ખરાબ આવે છે અને આવી સ્વચ્છંદતાં ફાયદા કરતા નુકશાન જ વધારે કરે છે. એટલું જરૂર સમજી લેવું કે જે સમાજમાં, શાંતિમાં કે ધરમાં સ્ત્રીઓ સ્વચ્છંદી અને નિર્લજ્જ ઝાંચ છે ત્યાં પડતીના પગરણનાં મંડાણુ થાય છે. દુઃખની વાત છે કે કહેવાતો સુધરેલો વર્ગ આ સ્વચ્છંદતાને સુધારો સમજે છે. અને સ્વચ્છંદતામાં ધણે ભાગે સ્ત્રી કે પુરુષના પગ લપસે છે. અને પોતાનો સંસાર વણસી જાય છે. સમાજના આવા અને આર્થિક એવા કેટલાય પ્રસંગો સ્ત્રી અને પુરુષની કામુકવૃત્તિ પર અસર કરે છે.

શીઘ્રપતન થતું હોય તે એમ ધારી લે કે પોતાની સ્ત્રી તેને માટે શું ધારે ! નામંદ તો ન ધારે ! તે પણ જાહેરખબરની દવાઓથી શરીરની સત્યાનાશી કરે છે, અગર વેશ્યાના ફંદામાં ફસે છે અને સર્વનાશ નોતરી લે છે. ધણીવાર એવું બને છે વેશ્યા કે અન્ય સ્ત્રી જોડે વ્યભિચાર કરનાર સ્વપત્નીને સંતોષી શકતો નથી

સ્વજાતિથી વિક્ષીડ કરનાર સ્ત્રીથી સુયોગ્ય સંબંધ સાધી શકતો નથી અને ધણીવાર તે તેમાં નાસીપાસ થઈ જાય છે. અતિયુવાન બાળકો સરખેસરખા તરફ તેનું મન વળે છે. બોર્ડિંગ હાઉસમાં જ્યાં યુવાન છોકરાઓ સાથે રહેતા હોય અગર ધરનું વાતાવરણ ઉપર કહ્યું તેમ હોય ત્યાં આવું બને છે. કાલેજ કે સ્કુલની બોર્ડિંગમાં કે જ્યાં ફક્ત

યુવતિઓજ રહેતી હોય ત્યાં યુવતિઓ આપસમાંજ સંબંધ કરે છે (ચીનીધર્મણુ, આંગળી કે અન્ય વસ્તુથી ધર્મણુ કે એક બીજાના ધુટણુ સાથે ધર્મણુ કરે છે) અને પછી તે યુવતિઓ ભાગ્યેજ પતિસુખ આનંદથી અનુભવી શકે છે. સ્ત્રીઓની મંદતા વિષે આગળ પર વિસ્તૃત ચર્ચા કરવામાં આવશે. પુરૂષોમાં, સ્વયંભોગીમાં કેટલાકને વિચિત્ર ખાસીયતો હોય છે અને તેવો સંબંધ કર્યા સિવાય તેમને ઉત્તેજના થતી નથી, પણ તેવો વર્ગ થોડો જ હોય છે. સ્વભતિ સંયોગ સિવાય ભાગ્યેજ તેમને ચેન પડે છે. અને ધીમે ધીમે નપુંસકતા તરફ દોરાય જાય છે. આમાં એવા લોકોનો પણ સમાવેશ થાય છે કે વિરૂદ્ધ જાતિના (સ્ત્રી-પુરૂષ) હોવા છતાં ય કુદરતી સંયોગથી પરામુખ રહે છે-પસંદ કરતા નથી. અગર કરી શકતા નથી. તે કાંઈ પણ જાતનું કુદરત વિરૂદ્ધ આચરણ કરે છે.

બીજા આપણે જોને કવિ કલ્પના કહીએ છીએ તેવા ભાવનામય સ્ત્રી-પુરૂષો હોય છે. જાતિ સંબંધને તે હલકા ગણે છે. વેદાંતિયાં કે કલ્પનાનાતીત તેવાં સ્ત્રી પુરૂષો સંબંધથી દૂર રહે છે. જાણે નિર્દોષ હોય અને જગતને તેમ દેખાડવાનો પ્રયત્ન કરતા હોય તેમ તે રહે છે. પાશ્ચિમાત્ય દેશોમાં તો તે સ્ત્રી-પુરૂષની મિત્રાચારી બનાવવા યુગ્મન અને આલિંગનનો એકાંતમાં સ્વાદ લે છે અને ઘણું ભાગે સ્ત્રીજ એમાં જાતિ સંબંધથી વિરૂદ્ધ હોય છે. પુરૂષ તેને ચાહતો હોય (સુંદર હોય તો તે) તેને છોડવા ઇચ્છતો નથી. અને આ મિત્રાચારીમાં (platonic friendship) તૈયાર થાય છે. સ્ત્રી પણ તેને ચાહતી હોય છે પરંતુ સંબંધને ધૃણિત અને મનુષ્યત્વની નીચે ગણતી હોવાથી તે માટે તે તૈયાર થતી નથી. અને પોતાનો પુરૂષ મિત્ર બીજા પાસે ન જાય તેની તે સખત તકેદારી અને તાકીદ કરે છે. તેને ઉત્તેજના થતાં તે કાંઈ જાતનું શુદ્ધ પ્રેમનું ભાષણ આપી તેનું સાંત્વન કરે છે અને પુરૂષને અતિ ઉત્તેજના થતા તે પોતાને હસ્તે હસ્તદોષ કરે છે અને વીર્યપાત કરાવે છે, પરંતુ જાતીય સંબંધ થવા દેતી નથી. યુગલ ભાગ્યેજ હોય છે, અને જો આવેશના જોશમાં સંબંધ થઈ જાય તો પછી થોડો વખત પશ્ચાત્તાપ કરે છે અને જેમ બને તેમ પુનરા-

વર્તન થાય છે અગર તો બન્ને પુનરાવર્તનના ભયે એક બીજાથી અલગ થાય છે. જો પુરુષના બળથી સ્ત્રી પર આક્રમણ થયું હોય અગર સ્ત્રીના હાવભાવથી પુરુષ લોભાયો હોય તો જોના પર પ્રલોભન થયું હોય તે ગુસ્સાથી કે શાંતિથી ચાલ્યો જાય છે. આ તો ભાગ્યે જ બને એવી વાત.

બીજો એક એવો જીજ વર્ગ છે કે જે કોઈના નગ્ન કે અર્ધ નગ્ન શરીર પર જીલમ કે શારીરિક ઇર્ષ્યા થતી જુવે તો જ તેનામાં કામ ઉદીપ્ત થાય છે. ઉત્તર એશીયામાં એવો ચાલ હજીયે છે કે પતિને કન્યા પક્ષ તરફથી એક ચાલુક ભેટ આપવામાં આવે છે અને પુરુષ તેના પર પ્રહાર કરે તો જ સ્ત્રી પ્રેમ કરતી થાય છે. જો કે બધા પ્રસંગોમાં સ્ત્રી ત્યારે જ પ્રેમ કરે છે એવું કાંઈ નથી. આપણે ત્યાં ક્યાં ચૌદમા રતનની પ્રથા કોઈ કોઈ ઠેકાણે જોવામાં આવતી નથી ? અને સ્ત્રીને કામિક કે માનસિક રીતે તાબામાં રાખવાની પ્રથા ક્યા દેશમાં નથી ? આનો અર્થ એમ નથી કે સ્ત્રીએ પોતાનું ગૃહક્ષેત્ર છોડી ગમે તે બહાને સ્ત્રીઓએ સ્વતંત્રતાને બહાને બહાર રખડવા નીકળી પડવું અને સ્વચ્છંદતા અને નિર્ભજતાને નિમંત્રવી. જ્યારે સ્ત્રી પુરુષ બન્ને કહેવાતા સુધારાની ચાલે ચાલશે ત્યારે સંસારમાં 'ગૃહ' જેવી સંસ્થા નહિ રહે.

ચાખખાનો માર મારવાની પ્રથા યુરોપમાં વધુ પ્રમાણમાં હતી અને કોઈ પણ નજીવા કારણસર માલિક (ઉમરાવ, રાજા, પાદરી, મુખ્ય સાધુડી વગેરે) નો ગુન્હો થયો હોય અને માલિક નગ્ન શરીર પર ચાખખા મારી પોતાની ગુપ્ત ઇચ્છા સંતોષવાનો શોખીન હોય તો આ જીલમ કરે છે. જીલ્મથી પોતાને કામનો ઉતાર આવે છે. સંબંધ વખતે પુરૂષે સ્ત્રીને બચકાં ભરવાં કે સ્ત્રીએ પુરુષને તે પણ આવી એક ભાવના છે અને તેમ ન થાય તો કામમાં ઉગ્રતા રહેતી નથી.

કેટલાક પુરુષોને જો સ્ત્રીએ સંબંધ વખતે અમુક જાતનો પોષાક પહેર્યો હોય અગર અમુક વાસ તેના શરીરમાંથી આવતી હોય કે અમુક જાતનો ઝોરડો કે પલંગ હોય તોજ કામેચ્છા જગૃત થાય છે નહિ તો નપુંસકતા જેવું જ.

કેટલાકને સ્ત્રીની અમુક વસ્તુ પાસે હોવાથી કે તેના અમુક ભાગના દર્શનથી જ કે અમુક ક્રિયા જોવાથી વીર્યપાત થઇ જાય છે. અને લાંબા વખતે તે નપુંસક થાય છે.

પ્રારંભિક વસ્ત્ર સાથે બીનાં કપડાંવાળી સ્ત્રી, કેશ સમારતી યુવતી, કે સ્તન કે યોનિ દર્શન, કુદરતી હાજત પુરી કરતી અવસ્થામાં સ્ત્રીનાં દર્શન, કપડાં બદલતી યુવતી કે અન્ય સ્ત્રી પુરૂષના સંયોગ દર્શન આભાસ કે કલ્પના વીર્યપાત લાવી મૂકે છે. આ હીન દશા કહેવાય છે. તેવીજ રીતે પશુ પક્ષીની ક્રીડા અને પશુ પક્ષીના જન્મનો દેખાવ ઉત્તેજના સાથે વીર્યપાત કરાવે છે. આ ઉપરાંત પશુ પક્ષી જોડે અકુદરતી સંબંધ કરનાર પુરુષો પણ લાંબે વખતે રોગી અને નપુંસક થાય છે આવી કુટોવાથી સ્ત્રીઓ પુરુષને સાથ આપી શકતી નથી.

૩૫. સવાલ : વેશ્યાગમન અને નપુંસકતાને શો સંબંધ ? રોગથી બચવા શું કરવું ?

જવાબ : તમને ખબર છે કે ૧૦૦ માંથી નેવું ટકા કે ઉપર વેશ્યાગામી પુરુષો ગોનારીઆ, પ્રમેહ, ચાંદી, જેવા ગંદા રોગોના ભોગ બને છે. અને તે રોગને શરૂઆતમાં જ જો જડમૂળથી કાઢી નાખવામાં ન આવે તો આખા શરીરમાં ફેલાઈ જાય છે. વીર્ય દુષિત થવા માંડે છે અને રક્ત દુષિત થતાં શક્તિ હણાઈ જાય છે. આ ઉપરાંત પુરુષ પોતાની પત્નીને રોગી અને વાંઝણી બનાવે છે. વેશ્યાગમનને હું માનસિક વિકૃતિ અને સમાજના બંડ તરિકે ઓળખું છું અને એ સામાજિક બંડ કરનારને શાસન ભોગવવું પડે છે. તમારા એ બંડથી જો તમારામાં વિકૃતિ-રોગ-આવ્યો હોય તો ત્રણ વર્ષ તમારે સંયમ પાળી પરહેજ સાથે સારા બીનલોભી ડોક્ટરની દવા કરવાની જરૂર છે. છતાંય તમારું બંડ ચાલુ રહે, વિવિધતાનો શોખ રહેતો હોય (પત્ની અને બાળકો છે તે કાંઈ તમે જાણવું નથી. તે હોય તો સુંદર અને આદર્શવાદી બાળકોનાં માતાપિતાએ આદર્શ દંપતી થવાની જરૂર છે.) તો થોડી ઘણી સાવચેતી રાખો. છતાં સંયમ ન જ રહી શકે તો કાંઈ પણ વેશ્યા કે વ્યભિચારી સ્ત્રી સાથે સંબંધ કરતાં પહેલાં તેને

ન માલમ પડે તેવી રીતે ગુપ્ત ભાગમાં સફેદ બારીક મીઠાની સહજ બુકી નાંખો. જો તે ચીસ પાડી ઉઠે કે તેને બળતરા થાય તો સમજી લેવું કે તેને કાંઈ ખરાબ રોગ છે અને તમારે જો આપવાનું હોય તે (તમારી Visiting fee) આપી કાંઈ બહાનું કાઢી પલાયન કરી જવ. મીઠાનો ટેસ્ટ, વગર દર્દી સહન કરી શકે તો તે બીનરોગી લગભગ સમજી લેવી, જો કે સંપૂર્ણ અંશે નહિજ. તરતનો ચેપ હોય તો જાણવું મુશ્કેલ પડે છે માટે બારીક લેટેક્સના સીધ વાપરવા. એક સીધ (પુરુષના રબરના ડુગા) બીજવાર નહિ. ખાસ કરીને વેસ્થા કે ચેપી રોગનો ભય હોય તેવી સ્ત્રી જોડે એક સીધનો બે વાર ઉપયોગ કદી ન કરવો. સંબંધ બાદ ગુપ્ત અંગ અને આંત્રાંત્રના ભાગ કારબોલીક સાબુથી તે તમારી સ્ત્રી સાથીને ત્યાંજ ધોઇ નાંખવા. તમે લખો છો કે આવા કામ માટે પાણી કેમ મંત્રાય ? જો કે એવું કામ કરવાને તમને શરમ ન આવી તો પાણી માંગવાને શા માટે ! પહેલાંથી પાણીની વ્યવસ્થા તેની પાસે માંગી લ્યો કે પૈસા લીધા પછી બીજા ધરાકની ઉતાવળમાં તમને ના કહે નહીં. એ ઉપરાંત કાંઈ પણ સંશય ભરેલી સ્ત્રી સાથે આસનનો ઉપભોગ ન કરવો. નહિ તો લિંગના છિદ્ર વાટે જંતુ અંદર જતાં તમે રોગી થઈ જશો. થોડું પરમેંગનેટ પોટાશ જોડે રાખો અને તે ધોવાના પાણીમાં નાંખો. સ્ત્રીએ પણ સંયોગ પહેલાં અને પછી બે વાર પરમેંગનેટ પોટાશ કે ફટકડીના પાણીથી યોનિ સાફ કરવાની જરૂર છે કે પુરૂષનો ચેપ ન લાગે. અને સાઇઝ પ્રમાણે પેસરી વાપરવી જરૂરની છે. જોને બાળક ન થયા હોય તે યુવતીને નાની સાઇઝ (નં. ૧) અને બાળક થયા હોય તો નં. ૨ ની (વચલી સાઇઝ) બરાબર થશે. પેસરી માટે ડોક્ટર કે નર્સની ભાંજગડમાં ન પડશો. તે તમારી પાસે નકામા પૈસા ખુંટવી લેશે. એ બેસાડવી બ્રણી સહેલી છે અને દરેક પેસરી જોડે સૂચના આવે છેજ. થોડાજ દિવસ સહજ અગવડ પડે છે પછી કાંઈ નહિ. સંબંધ બાદ ૧૨ કલાકે પેસરી કાઢી પોટાશના પાણીથી સાફ કરી નાખવી. સ્ત્રી કે પુરૂષ માટે સ્વચ્છતા અને ખુલ્લી હવામાં ઉંડા શ્વાસ લેવાની ટેવ આરોગ્યતાનો પહેલો નિયમ છે. સ્વાસ્થ્યવાળો સચેત પુરૂષ ભાગ્યેજ નપુંસક હોય છે.

૩૬. સવાલ : નસીરાબાદથી એક ગુજરાતી બાઇ લખે છે:-

(૧) પુરૂષેને અનેક સ્ત્રી સાથે સંબંધ કરવામાં કાંઈ નુકસાન છે કે ? (૨) મારી વય ૨૨ વર્ષની છે. મારા લગ્ન થયાને છ મહીના થયા છે અને કાયમ મને સ્ત્રી સંબંધનો ખ્યાલ રહે છે. (૩) સ્ત્રી સંબંધના કેટલા પ્રકાર છે ? અને કયું આસન સાફ કે જેથી અંનને તકલીફ ન થાય. (૪) સ્ત્રીને ગર્ભ રહે તેનો (દવા વગરનો) શું ઉપાય ?

જવાબ : જાતીય જીવનનાં અનેક પુસ્તકો અને ચોપાનીયાં વાંચતાં મનુષ્યને ગુંચવણ ઉભી થાય છે. અને હું ધારું છું કે આપે કેટલાંક જાતીય વિષયનાં ગુજરાતી કે મરાઠી ચોપાનીયાં વાંચ્યાં હશે. મુક્ત સહચારની હિમાયત કરનાર તે ચોપાનીયાંઓ ફક્ત જાતિ નાશ-નેજ રસ્તે લઇ જઈ રહ્યાં છે. તે પાશ્ચાત્ય સમાજ સુધારા પરથી તમને સમજશે. તેવા એક માસિકવાળાને પુછવામાં આવ્યું હતું કે તમારા ધરની સ્ત્રીઓ પર કેમ ધડો બેસાડતા નથી ? ત્યારે તે બાઈ તેમની મરજીની વાત કહી જવાબ ઉગાડી દીધો. સમાજ સુધારો કે કુધારો પોતાના ભોગ સિવાય શક્ય બનતો નથી. જાતીય પ્રશ્ન અને વિષય માટે વધુ રસ છે ધારી કેટલાંય ચોપાનીયાં દ્રવ્ય પ્રાપ્તિ અર્થે નીકળ્યાં હતાં અને તેમાંનાં ઘણાં બંધ પડી ગયાં છે. યુવાન યુવતીઓને ગલી-પચી થાય (વાસના, ઉસ્કેરાટ) કે બિભત્સતાનું વાતાવરણ થોડી મીનીટો જમાવી જાય તેને જાતીય સાહિત્ય કહેવું એ ભૂલ છે. આ વિષેની નહાનાં બાળકોને સાધારણ માહિતી ૧૨ કે ૧૪ વર્ષે જરૂરી છે. કે જેથી દુરપયોગથી બચી બીજા લોકોથી ગેરરસ્તે દોરાય નહિ. બાકીની માહિતી યુવાન વય થયા બાદ નહિ તો બિભત્સ ચિત્રો અને વાર્તાઓ ને મુક્ત સહચારની કથાઓ અને સમર્થન, સ્તંભન અને સ્ત્રી વિષેની વાતો ફાયદો કરતાં નુકસાન વધુ કરશે. સંસ્કાર અને ધરતું શુદ્ધ વાતાવરણ ધણો અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આજે એકારીના જમાનામાં નાની વયે નોકરીએ જવું પડે છે અને ત્યાં દેશ પરદેશમાં નાના યુવાનોને સાહિત્ય શું વાંચવું કે મિત્રાચારી કોની કરવી તેની ગમ પડતી નથી અને ગમે તેવા સહવાસમાં આવી ખોટો રસ્તો દોરવાઈ જાય છે. લગ્ન કરેલા (વગર લગ્નવાળા પણ) ને બાદ પરદેશ એકલા નોકરીએ નીકળેલા, થોડી

ક્રમાધીને અંગે પત્નીને બોલાવવા અશક્ત, મિત્રવર્ગ સારો ન મળવાથી વેશ્યાના ધર તરફ વળે છે અને પોતાનું અને પોતાની પત્નીના શરીરનું સર્વનાશ કરી લે છે. અને જો સંસ્કાર તેને આગળ પડતું પગલું લેવા ન દે તો તેના વિચાર અન્ય સ્ત્રીઓ માટે કાંઈ કાંઈ કલ્પના બાંધે છે અને છેવટે પડતા મૂકે છે.

(૧) આગલા મવાલમાં મેં જણાવ્યું છે કે અનેક સ્ત્રીઓ સાથેનો સહચાર એ એક અંડવૃત્તિ છે અને અધાય એ વૃત્તિ સેવે તો સંસાર સંસ્થા જેવું કાંઈ જ રહે નહિ. પ્રેમ રહે નહિ. તમે ઊગતા યુવાન છો પણ ખીજાં ૧૦/૧૫ વર્ષ પછી તમારી જીદ્દિ કાંઈ ખીજું જ કહેશે. પતિ અને પત્ની એક સરખો આદર્શ સેવે તોજ સંસાર સુખી થાય. ભ્રમર જેવી વૃત્તિ કાંઈને સુખી નહિ કરે. આ ઉપરાંત આમ મુક્ત સહચારમાં મનુષ્યે પોતાને પશુ સાથે સરખાવવાની જરૂર નથી.

(૨) મનઃ એવ મનુષ્યાણાં કારણં બન્ધમોક્ષયોઃ એ સૂત્ર આપને માલમ હશે. સંયમ પાળતાં શીખો. પત્નીને સીતા બનાવવાની ઇચ્છા રાખનારે પોતે રામ થવાની જરૂર છે. તમે હજી ઊગતા યુવાન છો. એક આદર્શ પતિ અને પિતા થનારે નીતિ, સદાચાર અને સંયમ પાળવા ઘટે. ત્યારેજ શરીર અને આત્માનો વિકાસ થશે અને દેશની ઉન્નતિ થશે. સ્વાર્થી, વ્યાપારી સબંધ વગરની અને વાસનાથી ઉદ્ભવતિ પ્રભ કદી સ્વતંત્ર થઈ સાંભળી છે કે ?

(૩) ધણાય પ્રકાર છે. પરંતુ ગમે તે આસન લેવાથી સ્ત્રી પુરૂષને (વધુમાં સ્ત્રીને) શારીરિક નુકશાન થાય છે અને કુટલીકવાર તે તરફ ધૂણા આવે છે. પરંતુ સ્વમત વગરની હિંદી સ્ત્રી પોતાનો અણગમેા ભાગ્યેજ નહોર કરે છે. સ્ત્રીની આ ત્યાગભાવના તરફ પુરૂષે વિચાર-દૃષ્ટિથી જોવું ઘટે. તમારી જાણ માટે કહી દઉં કે સાધારણ રીતે Man Superior આસન સાઈ છે. તેથી સ્ત્રીના ભાગોને નુકશાન થતું નથી. તેમાં સ્ત્રીના શરીર પર બોળે વધુ પડતો ન પડે તેનું ધ્યાન રાખવું.

(૪) સંતતિ નિયમન માટે તમારે કે તમારી પત્નીએ કાંઈપણ

જાતની દવા ન ખાવી. એવી કોઇપણ દવા ખાવાથી સંતતિ નિયમન થતું નથી. એ ફક્ત પૈસા કમાવવાની જાહેરાતો છે. સંતતિ નિયમનના સાધનો વેચનારાઓ પણ તેવી દવાઓ અને ચોપડીઓ વેચે છે, તેમાં પણ ન પડેશો. સંયમ એજ ખરું સંતતિનિયમન છે.

સંબંધ પહેલાં ફટકડી અગર પરમેંગનેટ પોટાશના લોશનથી બી પુરૂષે પોતાના ગુપ્ત ભાગો સાફ કરવા.

૩૭. સવાલ : મારી ૧૫ વર્ષની વયે મને પિશાબ કરતી વખતે બળતરા થવા લાગી. એક વૃદ્ધ પુરૂષે મને કાંઇ દવા લેવાનું કહ્યું. પ્રમાણની બરાબર ખબર નહિ. મને એમ લાગ્યું કે કોઇ ચેપી રોગ છે કારણ કે તે પહેલાં મેં એક છોકરી જોડે અયોગ્ય કામ કર્યું હતું. દવાથી ઉલટો મને ત્રાસ થયો અને પિશાબમાં વધુ બળતરા થવા લાગી અને થોડે થોડે દિવસે થવા લાગી. ચેપને કાઢવા માટે મેં મારી જાતે પોટેશ્યમના સોલ્યુશનની પીચકારી લીધી પણ મને કાંઇ બળતું લાગ્યું. ડોક્ટર નજીક ન હતો એટલે કોઇ પાસે ઇન્જેક્શન લીધા. ૫૩ કે કાંઇ નીકળતું હતું તે બંધ થઇ ગયું પરંતુ બળતરા થાય છે. મારી વય ૧૯ છે અને મારે લગ્ન કરવાં છે. કાંઇ ચેપી રોગ છે ?

જવાબ : જો છોકરી નિર્દોષ હોય અને સાધારણ એકવારનો સંબંધ હોય તો હું નથી ધારતો કે કાંઇ ચેપી રોગ હોય; નહિ તો આટલા વખતમાં વધી ગયો હોત. વારંવારની પીચકારીથી યુરેથ્રા (લિંગની ઉપરનો ભાગ)માં સોજો હશે કે સહજ ધા પડ્યો હશે. બરાબર સારી સલાહ લીધા સિવાય ઇન્દ્રિય જોડે રમત કે જાતે દવા કરવા બેસી જવું નહિ. મારા ધારવા પ્રમાણે તમને ચેપી રોગ નથીજ. ઇન્દ્રિયના ખાસ વિશ્વાસુ અને ખીનલોભી ડોક્ટરને બધી હકીકત કહી સલાહ લો. ખાસ કાંઇ ભય જેવું નથી. તમને ઠીક થઇ જશે. ડોક્ટર સિવાય પોતાની ઇન્દ્રિયના બારીક છિદ્રમાં દવા કરવાની આશાએ પિચકારી કે કાંઇ અંદર મૂકવું નહિ.

૩૮. સવાલ : ૨૧ વર્ષની મહારી વય છે. લગ્નને થોડા જ માસ થયા છે. મને શીઘ્રપતન થાય છે અને મને લાગે છે કે પત્નીને સંતોષ

થતો નથી. મને પહેલાં હસ્તદોષની ટેવ હતી. પિથાબની પણ ઇચ્છા થણી રહે છે.

જવાબ : હસ્તદોષની ટેવવાળાને શીઘ્રપતન જલદી થાય છે. તમારે નીચે પ્રમાણે કરવું; (૧) માનસિક કાબુ લાવવો. (૨) વર્ષ લગી અઠવાડિયામાં એકજ વાર સંબંધ કરવો. (૩) ખીડી, ચાહ, કોરી, દારૂ કે માદક પદાર્થો, ખીલત્સ સાહિત્ય અને ચિત્રો જોવાં બંધ કરવાં. (૪) હસ્તદોષ પર પાણી મૂકવું. (૫) શીઘ્રપતન થશે એ આખતનો ખ્યાલ જ મનમાંથી કાઢી નાખો. (૫) કોઈ સારા ડોક્ટર પાસેથી Triple Bromide પ્રમાણસર લો. અને અઠવાડિક સંબંધના વખતે સંબંધ પહેલાં એ કલાક પહેલાં એ દવા લો. હું ધારૂં છું કે તમે બંને સુખી થશો. ઉપરાંત આટલી ન્હાની વયે સંતતિની જવાબદારી ન લેશો.

૩૯. સવાલ : એક વીસ વર્ષના યુવાન વધરાવળ માટે પુછાવે છે. એમનાં લગ્ન ટુંક મુદતમાં થવાનાં છે.

જવાબ : વૃષણમાં પાણી જોવાનું એક જાતનું યંત્ર આવે છે અને સોય આવે છે. આથી પાણી કાઢી લેવાય છે. ખાસ ઓપરેશન જેવું એમાં કાંઈ નથી પરંતુ પાણી કાઢ્યા બાદ આરામની જરૂર છે. અને ત્યારબાદ થોડો વખત લંગોટ પહેરવાની ખાસ કરીને ટેવ રાખવી એ રોગના અનુભવી ડોક્ટરને જ બતાવવું. અમદાવાદ કે કદાચ રાજકોટની હોસ્પિટલમાં તમારી સારવાર થઈ શકશે. પાણી કાઢવાની રીત તદ્દન સહેલી છે. વધરાવળ થવાનું કારણ ન જણાવ્યું. અનુવાંશિક છે કે કેમ તે પણ કહ્યું નથી. કોઈપણ ચોપડવાની દવા કાયદો નહિ કરે. તે પાછળ પૈસો બગાડશે નહિ. મારા ધારવા પ્રમાણે લગ્ન તમે નાની વયે કરો છો. જેવી જેની ઇચ્છા. પરંતુ ઉપરનાં પ્રશ્નના જવાબનાં છેલ્લાં એ વાક્ય ધ્યાનમાં રાખશો.

૧૫-૧૬ વર્ષની કન્યા અને વીસ વર્ષનો કુમાર આજના બેકારીના જમાનામાં માતા પિતા થાય એ હું યોગ્ય માનતો નથી.

૪૦. સવાલ : ૬૦ વર્ષની મ્હારી વય અને એ વાર મ્હારાં

લગ્ન થયાં હતાં. લગભગ ૩૦ વર્ષની વયે મને ગોનોરીઆ લાગુ પડ્યો અને લાંબી સારવારથી સાફ થઈ ગયું. આજે લગભગ ૧૫ વર્ષથી હું નપુંસકજી છું એમ કહો તો ચાલે. ખીજે કાંઈ રસ્તેથી વીર્ય જતું હશે ? ઇન્દ્રિયની આભુખાભુ પુષ્કળ પરસેવો થાય છે. હોસ્પીટલમાં હતો ત્યારે સળીથી (catheter) પિશાબ કરાવવો પડતો હતો. ઘરે આવ્યા પછી થોડીવાર ગરમ પાણીમાં એકા પછી પિશાબ થાય છે. મારા એક પગને પણ ઇજા છે.

જવાબ : મારા ધારવા પ્રમાણે તમારી અષ્ટિલા (પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથ) મોટી થઈ ગઈ છે. નપુંસકતા કમી કરવા વગર સમજે હદની બહાર અષ્ટિલાની ચંપી કે એવા રોડ (ધાતુ કે લાકડાના સાધન) તો વાપર્યાં નથી ને ? સમજ્યા વગર અષ્ટિલા અને ગુપ્ત ભાગોની ચંપી નુકશાન કારક થાય છે. આવા રોગીને ગરમ પાણીથી આરામ લાગે છે, પરંતુ પૂરો નહિ જ. હોસ્પીટલમાં સળી લેવી પડી એનું કારણ એ કે ફેટ-લાકડે ટેવને લીધે સુતાં પિશાબ થતો નથી. કોઈ સારા અને ગુપ્તાંગ-ગોનાં ખાસ ડોક્ટરને બતાવો અને તેની સારવાર કરો. ડોક્ટર નપુંસકતા કે અન્ય માટે શસ્ત્રક્રિયા કરે તો પણ આ વયે તે ઇષ્ટ ગણ્યું નહિ. એ ક્યારે કે તમને બહુ તકલીફ થતી હોય તો ગરમ પાણીથી કામ થતું હોય તો અન્ય ઉપાય શા માટે ? હું ધારું છું કે તમારા રોગ અને અષ્ટિલાની ચંપી (Massage) કરે તો કાંઈ સુધારો થાય. ગમે તેના હાથમાં ન પડે.

ઉપરાંત તમારી વય હવે તો મોટી ગણાય અને આ વયે પુરુષાતનની અને જોમની આશા રાખવી એ લગભગ વ્યર્થ જેવી. એ ક્યારે કે જ્યારે મનુષ્ય નાનપણ અને યુવાનીથી નિયમિત અને સંયમી (પ્રમાણસર સંબંધ) હોય, યોગ્ય આહાર (યોગ્ય એટલે ઘી-મિષ્ટાન્ન નહિ) હોય તો તમારી વયે પણ સાધારણ પુરુષાતન રહે. નવા વૃષણનાં ઓપરેશન અહિં સારાં થતાં નથી અને થાય છે ત્યાં કાંઈ ફાયદો ફાયદો જણાયો નથી. માટે તે ભાંજગડમાં ન પડે. અષ્ટિલાના સુધારાથી તમને થોડો ધણો ફાયદો થશે.

૪૧. સવાલ : Saltpetre વાસનામાં મંદતા લાવવા વાપરે

તો શું ? તે કેટલી લેવી ? બીજા કયા લેવા ? ઓપરેશનથી નપુંસકતા આવે કે ? અને વૃષણ કાઢ્યા પછી પણ પુરુષત્વ રહે ?

જવાબ : Salt petre વાપરવી એ ઇષ્ટ નથી. એ ખ્યાલ છોડી દેશો. Triple bromide થોડા પ્રમાણમાં (નાની ચપટી જેટલો લેવો) મંદતા આવશે. આયુર્વેદની થોડી દવા આગળ મેં લખી છે. છતાંય એટલું જાણી લેવાની જરૂર છે કે વારંવાર મંદવાસના કરવાની દવા શારીરિક નુકસાન થોડું ધણું કરે છે પછી બલે તે સ્ત્રી હોય કે પુરૂષ. હદ બહારની અદમ્ય વાસના હોય તો વાત જુદી. પરંતુ તે વખતે પણ શારીરિક સ્વાસ્થ્યનો ખ્યાલ કરી દવા વધારે ઓછા પ્રમાણમાં અપાય છે. પુરૂષને જાતિવિહીન કરવા માટે વૃષણ કાઢી નાંખવામાં આવે છે, વાસના કમી કરવા નહિ. ખાસ કારણ સિવાય ડોક્ટર આ ઓપરેશન નહિ કરે.

તમને સંતતિ કે કોઈ સ્ત્રીને તમારા સહવાસથી સંતતિની ખીક હોય તો વૃષણની બાબતેથી નસ કાપી બાંધી લેવામાં આવે છે. (Vas deferens) ફક્ત બે બાબતોએ નહોતો કાપ મુકવામાં આવે છે અને ફક્ત બે ત્રણ દિવસજ હોસ્પિટલમાં રહેવાની જરૂર છે. પરંતુ ડોક્ટર સારો જોઈએ. એટલું ધ્યાનમાં રાખવું કે તમારે બાળકો ન જોઈએ અને તમારી પત્નીને જોઈએ તો તેની હરકત કાયદેસર ચાલી શકે. આ ઓપરેશનનો ખર્ચ થોડો આવશે અને ખાસ દર્દ નહિ થાય. તમારામાં થોડી ધણી સહનશક્તિ હશે તો કલોરોફોર્મ આપવાની જરૂર નહિ પડે. એટલો ભાગ બહેરો કરી શસ્ત્રક્રિયા થાય. હોસ્પિટલમાંથી આવ્યા પછી પંદર દિવસ ઘેર હીલચાલ વગર આરામ લેવાની જરૂર છે. પીવાની દવાથી નપુંસકતા ખાસ આવે (શરીરને અતિનુકસાન કર્યા વગર) એવી માન્યતા છે અને છતાંય તે દવાનો ફાયદો ન થાય. X-Ray થી એકાદ વર્ષે નપુંસકતા આવે છે. Vasdeferens ના ઓપરેશનથી યોગ્ય ઉત્પાદન ચાલુ રહેશે પરંતુ સંતતિ નહિ થાય.

૪૨. સવાલ : શરીરની અંદરની કંઈ ગ્રંથીઓ પુરુષત્વને અસર કરે છે ?

જવાબ :અંદરની ગ્રંથીઓ (1) pituitary (2) Thyroid (3) Parathyroid (4) Adrenal (5) Pancreas. (6) Gonads.

(૧) Pituitary—મગજની નીચે આવેલી ગ્રંથીથી કામવાસનાને માનસિક ઉત્તેજના આપે છે. આમાં રસ ઓછો વધતો હોય તો મનુષ્ય નાનો મોટો રહે છે. માનસિક ઉત્તેજન અને મંદતા, ઋતુઆવ, બીજની પકવતા, ગર્ભ અને જન્મ, ગર્ભાશયમાં જન્મ વખતે થતી ક્રિયા (પીડા), શુભ વગેરે પુરુષમાં વૃષણ પર પણ આ ગ્રંથી અસર કરે છે.

(૨) Thyroid—ગળાની આગળ આવેલી ગ્રંથી જેના વધવાથી કે કાંઈ ખોડથી કંઠમાલ થાય છે. શારીરિક શક્તિ, સ્વર, બડા પાતળા હોવું, હૃદયની પીડા, વાસનાની મંદતા વગેરે આને લીધે આવે છે, આ રસ વધુ હોવાને કારણે માણસને શું કરવું તે સુઝતું નથી. હૃદયને અસર કરે છે અને વજન કમી થાય છે. ગ્રંથીમાં રસ કમી હોય તો વાસનાની મંદતા વાંઝીયાપણું અને માસિકસ્રાવ (સ્ત્રીને) થોડો આવે છે, અને ગર્ભપાત પણ થાય છે.

વૃષણ નીચે ઉતરેલા ન હોય તો કોઈ વાર Pituitary ના ઇન્જેક્શનથી તે નીચે ઉતરે છે અને ઓપરેશનની જરૂર પડતી નથી.

(૩) Parathyroid—Thyroid ની ઉપરની ગ્રંથી.

(૪) Adrenal—મૂત્રાશયની નજીકની નાની ગ્રંથી. ૩ અને ૪ બંનેનો અંતર સ્રાવજ હોય છે અને દેખીતું બહાર પડતું ખાસ કામ હોતું નથી. (endocrine glands) Parathyroid ના સત્વ (extract), (જે જનાવરોમાંથી કાઢવામાં આવે છે) તે જે સાધારણ હાડકાં તૂટી ગયાં હોય તો આ લીધાથી સારો ફાયદો થાય છે.

(૫) Pancreas—આ ગ્રંથી પેટની પાછળ આવેલી છે. પાચનક્રિયા, શક્તિ વગેરેની અસર આને લીધે પણ થાય છે. મધુ પ્રમેહ (diabetes) પર Insulin નાં ઇન્જેક્શન આપવામાં આવે છે તે આવી જનાવરની ગ્રંથીઓના સત્વના જ. Thyroidનો રસ કમી હોય તો Insulin પ્રમાણે Thyroid સત્વના ઉપર પ્રમાણે ઇન્જેક્શન

આપવામાં આવે છે. સ્ત્રી માદાના ગર્ભાશય પર આ સત્વ અને અન્ય ઉપરની ગ્રંથીઓનાં ઇન્જેક્શન સ્ત્રીઓને તેઓના રોગને કારણે આપવામાં આવે છે. શરીરમાં સાકરનું તત્વ આ ગ્રંથી પર આધાર રાખે છે.

(6) Gonads-or sex Glands ઉપરની ગ્રંથીઓમાં જે જે વખતે જાતીયતત્વો (વાસના)માં ભાગ લેજો તેને તે નામ આપવામાં આવ્યું. Emotional - reactions - instincts - climaxes - Virility - femininity-formation of speim cells & ova Etc.

૪૩. સવાલ : ૨૮ વર્ષની મારી વય છે અને ડોક્ટરના કહેવા પ્રમાણે મને પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડમાં સોજો છે. આ દર્દને લગભગ એ વર્ષ થવા આવ્યાં. શરૂઆતના ચાર પાંચ મહિના મને પેટમાં એક કે બે બાજુએ દર્દ થવા માંડ્યું. હમણાં પણ તે દર્દ થાય છે અને ત્રણ કે ચાર અઠવાડિયાં બાદ જાનર જવાની પણ વારંવાર ઇચ્છા થવા કરે છે. ડોક્ટરે પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી (Prostate Gland) પર ચેપી (Massage) પણ કરી હતી. ચેપી રોગ મને નથી એમ પણ જણાવ્યું છે. અને ચેપી રોગ મને નથી તે મારી વર્તણૂંકથી હું જાણું છું. આજના જમાનામાં કુટુંબનું પોષણ થોડી આવકવાળાને કેટલુંય મુશ્કેલ છે તે જાણીતું છે. એટલે સ્ત્રી સંબંધ થતાં પણ વીર્યપતન થવા દેતો નથી. કસરતથી ફાયદો થાય કે શું ઇલાજ કરવો ?

જવાબ : તમને પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીમાં સોજો છે તેના કરતાં મારા ધારવા પ્રમાણે તે ગ્રંથી થોડી વધી ગઈ છે એમ કહેવું વધુ યોગ્ય છે. પરંતુ અસંયમી પુરૂષોને ૪૦ પછી અને યોગ્ય રીતે પરણિત કે અપરણિત જીવન ગાળનારને ૫૦ પછી લગભગ પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીનો વધારો રહે છે, અને તે ધણીવાર અયોગ્ય સારવારને અંગે વધી જાય છે. તેવું તમને નથી, સાદી જીજ્ઞાસા રીતે જે નાના અને મોટા બંધાના (સ્ત્રીઓને પણ મુત્રાશયનો સોજો વિ. માં ઉપયોગી થશે) ધણાં ખરાં દર્દો જો કુદરતી હવા, પાણી, સંયમ, સાદો અને યોગ્ય ખોરાક અને પરહેજથી સારા થાય છે.

સોનામુખીની ચાહ કે મીઠા (Epsom salt) નો ચાર પાંચ દિવસ જીલાય લેવો. ઉપરના લાગમાંથી કચરો સાફ થઈ, મળ અને બે ત્રણ દસ્ત તેટલો વખત રોજ આવે. થોડા દિવસ વધુ લેવાય તો હરકત નહિ પરંતુ વારંવાર તે લેવો નહિ એ ધ્યાનમાં રાખવું. પરંતુ બંધકાષ થવા દેવો નહિ. નિયમિત સંડાસ જવાની ટેવથી બંધકાષ નહિ રહે. નહિ તો રાત્રે સૂતી વખતે કાપિલા પાણીમાં ફૂટસોલ્ટ અગર ખીન ખચાંજ સોનામુખી એક મોટી ચપટી ભરીને અને ત્રણ ખજૂર લેવા. આ સોનામુખી સવારમાં ખજૂર સાથે પણ લેવા અને રાત્રે સૂતી વખતે બરાબર તેને મસળીને પાણી ગાળીને પી જવું. પરંતુ રોજ ટેવ ન પાડવી. દરરોજ સાંજે કાપિલા અગર સહન થાય એવા ગરમ પાણીથી કુશ લેવો અને ધીમે ધીમે રોજ પાણીની ગરમી (સહન થાય ત્યાં સુધી-આમડી આળી ન થવી જોઈએ) વધારવી. પંદર મીનીટ સુધી આમ કરો અને બે તેટલું પાણી લો. આ કર્યા બાદ મળ વિસર્જનના સ્થાનમાં સપોઝીટરી રાખવી. આ કાંઈ સારા દવા વેચનારને ત્યાં મળશે. અને તે સ્થાનમાં તેને આખી રાત રહેવા દો. આ બધું સુતા પહેલાંજ કરવાનું. દાડ અને માદક પદાર્થો અને બંધકાષ કરતાં સાધનોથી દૂર રહે. પુષ્કળ પાણી પીઓ. ગરમ મસાલો, સ્ત્રીસંબંધ અને કાંઈ પણ જાતની ચિંતા સાડ થાય ત્યાં સુધી એકદમ છોડી દો. ચંપીની પણ જરૂર નથી. સાધારણ ઉઠ બેસની કે પગ પર ઉભા રહી શરીરને વાળવાની અને ફેરવવાની થોડી કસરત કરવી, વધુ નહિ. અને થોડા વખતમાં લગભગ ત્રણ અઠવાડિયામાં તમે તદ્દન સારા થઈ જશો. પિશાબ પણ ખુલાસે આવશે અને ઉપરનું કંઈ કરવાની જરૂર નહિ રહે. સાધારણ કસરત, ખુલ્લી હવા, સાડ પાણી અને યોગ્ય નિયમ અને યોગ્ય દાંપત્ય સંયમ પાળશો તો બધું ઠીક રહેશે અને લાંબો વખત સુધી તમે સુખી દંપતી-જીવન ગાળી શકશો.

સ્ત્રી સંબંધમાં વીર્યપતન થવા ન દેવું એ પણ આનું (બંધકાષ ઉપરાંત) એક કારણ હોઈ શકે. (અતિ જીલાય પણ સારા નહિ.) આને અંગ્રેજીમાં Coitus interruptus કહે છે. જે સ્ત્રી પુરુષોને

ગર્ભ રહેવાની બીક રહે છે તેઓ આ ઉપાય સમજ્યા વગર કરે છે. વારંવારના આવા અધુરા સંયોગથી સ્ત્રી ને પુરુષ બંને અસંતોષી રહે છે અને શરીરિક અને માનસિક રીતે બંનેને હાનિ થાય છે. આ અધુરા સંયોગથી પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીને ધક્કો લાગે છે. લાંબા વખતે દર્દ થાય છે. આ ઉપરાંત વારંવારનો હસ્તદોષ, વીર્યપતન વગરનો વારંવારનો હસ્તદોષ, સ્ત્રી પુરુષ યુબન, આલિંગન વારંવાર કરે અને એ રીતે સંબંધ માટે ઉશ્કેરણી પામે પરંતુ અપરિણીત જીવનને અંગે કે અન્ય કારણને અંગે સંબંધ સાધી ન શકે તો પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીને અસર થવાનો ભય રહે છે. આવા પ્રસંગોમાં ઉશ્કેરણી વખતે તે અંગોમાં રક્તનો ભરાવો થાય છે અને એકદમ આચકા સાથે તે પાછું ઠેલાય છે. પુરુષ અને સ્ત્રીને બંનેને તે હાનિકારક છે. માટેજ એકાંત, ખોટા વિચાર અને ખોટા કાર્યો; બધાંથી દૂર રહેવાની જરૂર છે. આ ઉપરનાં કારણો વારંવાર થાય તો યુવાનીમાં જ પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી રોગીજ થાય છે. પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી કરતાં પણ વધારે આચકા વીર્યાશયની નળી અને વીર્યાશયને લાગે છે. ગોનોરીઆ કે સીરીલીસને લીધે પ્રોસ્ટેટ, યુરેથ્રા વીર્યાશય અને મૂત્રાશયમાં સુદ્ધાં સોજો ધણા લોકોને થાય છે પણ મેં આગળ જણાવેલા છે આવા ચેપી રોગવાળા ઉપરના રોગવાળા કરતાં પાંચથી છ ગણા હોય છે એટલે ડોક્ટરે પ્રથમ ચેપી રોગ છે કે નહિ તેની ખાત્રી કરી લેવી. મોટા શહેરમાં બહારથી સ્વચ્છ અપટુડેટ દેખાતો કાઈ પુરુષ (કે કોઈ સ્ત્રી) અંદરથી ગંદો અને ચેપી હોય છે.

આ પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીના દુઃખાવાને અંગે મૂત્રાશયમાં અને આંત્રાણાંત્રના અંગમાં દર્દ કરે છે. જાંઘમાં પણ દુખાવો થાય છે અને ચાલવાનું, પણ મન થતું નથી. પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી કે વીર્યાશય કે મૂત્રાશયના દર્દને અંગે આમ થાય છે અને તેની યોગ્ય ખીનલોભી ડોક્ટર પાસે સારવાર કરાવવી. સ્ત્રીઓને આવા જ કારણથી ગર્ભાશય, મૂત્રાશય, તેની નળીઓ સોજા વગેરેમાં ચેપ અને સોજા ને અંગે ત્યાં અને આંત્રાણાંત્ર દર્દ થાય છે. આંતરડામાં બહુ મળ ભરાય તો તેનો ખોજો મૂત્રાશય, પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી પર આવે છે માટે સાફ રાખવાની જરૂર છે. પિશાબમાં બળતરા થાય

તો ઝટ ચેતવણી લેવી, ગરમીની મોસમને અંગે હોય તો થંડા સારા પીણાં કે મધપાણી કે ઝાસામણ પીવાથી તે મટે. પરંતુ તે બળતરા કાયમ રહે તો ઉપર પ્રમાણે સોજો કે કાંઈ ચેપ હોવો જોઈએ. બળતરાને અંગે વારંવાર પિશાબ કરવાની ઇચ્છા થાય છે. કેટલીકવાર જો કાંઈ નજીવા કારણને અંગે હોય તો સોડા બાઈ કાર્બ પાણીમાં વારંવાર થોડા દિવસ બને એટલે પીવાથી બળતરા દૂર થાય છે.

ઉપરના લખવા પરથી એટલું સમજી લેવાનું છે કે ઉપરનાં કારણો થોડા વધતા પ્રમાણમાં સ્ત્રીઓને પણ લાગુ પડે છે અને તે અંગે તેમને ચુરેશ્રા અને મૂત્રાશયના દરદો થાય છે.

આ ઉપરાંત પુરુષની સ્ત્રીશરીરની બીનમાહિતી, સંયોગ વખતની પણ અણુઆવડત કે ઉતાવળને અંગે સ્ત્રીની મૂત્રનળીના ભાગને નુકસાન થાય છે. અંદરથી યોનિના ભાગની ઉપરજ મૂત્રવિસર્જનનું છિદ્ર હોય છે અને અણુઆવડતને અંગે તેને નુકસાન થવાનો ભય રહે છે. ગર્ભકાળ દરમિયાન અને પ્રસૂતિ દરમિયાન પણ કાળજી રાખવાની જરૂર છે, નહિ તો મૂત્રનળીને નુકસાન થતાં મૂત્ર જે ટીપે ટીપે મૂત્રાશયમાં ભેગું થાય છે તે દિવસ રાત યોની મારફત ઝર્પાં કરે છે અને એક અસહ્ય રોગ જેવો તે થઈ જાય છે તે ધ્યાનમાં લઈ પરીક્ષા કરવી. અને આ કાયમી પ્રવાહને અંગે સ્ત્રી તરિક્કેનો પોતાનો હિસ્સો તે પુરુષને આપી શકતી નથી. આને અંગે ઓપરેશન કરવું પડે છે અને તેની ફોલોઅપ દતા વિષે ખાત્રી આપી શકાતી નથી. આવો રોગ કાંઈકવાર થાય છે.

એટલું ખાસ ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે ૧૦૦ માંથી ૮૫ ટકા ચુરેશ્રા, પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી (ફક્ત પુરુષોનેજ) અને મૂત્રાશયના સ્ત્રી પુરુષોના રોગો ચાંદી, પરમીઓ બદ વગેરેને અંગે થાય છે. ડોક્ટરે પ્રથમ તે રોગોની શોધ કરી પછી બીજા રોગોને અંગે મૂત્રનળી કે મૂત્રાશયને અસર થઈ છે કે કેમ તે જોવું જોઈએ.

આ ઉપરાંત થોડાં વધુ કારણ જણાવું. ચુરેશ્રાનો ચેપ થોડાક દિવસમાં પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીને લાગુ પડે છે. દરદીનો સંપૂર્ણ ઇતિહાસ જાણવાની જરૂર છે. દરદીને વારંવાર પિશાબ થાય છે. જે પ્રમાણે રોગ

વધારે હોય તે પ્રમાણે પિશાબની હાજત વધારે રહે છે. કાંઠકવાર વધુ પડતા પ્રસંગમાં આખો સમય પિશાબ કરવાની ઇચ્છા રહે છે. પિશાબ કરવાની ઇચ્છા થાય ત્યારે તે પૂરી કરવી સારી છે. નહિ તો કાંઠક ટીપાં કપડાં પર પડે છે અને ચાંદી, પરમીઓ (ગોનોરીઆ, સીશીલીસ) વગેરે ચેપી રોગ હોય તો અન્ય ભાગમાં રોગ ફેલાય છે. કાંઠકવાર પિશાબ કરતી વખતે બળતરા થોડી ધણી થાય છે, મળદ્વારની અંદર અને નીચે પણ થોડું ધણું દર્દ થાય છે. મળદ્વારના ભાગની અંદર જરા ઉપરથી પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી હોય છે તો તેનો ડુગાવો થતાં મળદ્વારમાં તે માલમ પડે છે અને વધુ સોજો થતાં તે એકદમ અંદરથી આંગળીથી જોતા બહાર પડતી માલમ પડે છે. અને શૈયક્રિયા વખતે ધણો ત્રાસ થાય છે. મળથી આ સૂજેલા ભાગને ત્રાસ થાય છે અને દરદી હેરાન થઈ જાય છે. પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીને અંગે ધણા મૂત્રાશયના દર્દની બૂમ મારે છે અને થાપાઓમાં દર્દ થાય છે એમ કહે છે અને ડોક્ટર પણ ખોટી સારવાર આપે છે. લગભગ ૧૦૦ માંથી ૮૦ ટકાને પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીનું દર્દ રહે છે અને ખોટી સારવારને અંગે વધુ પીડાય છે. વધુ રોગ પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી કે વીર્યાશયના સોજોને અંગે હોય છે. સ્ત્રીઓને જો ચેપ આગળ વધે તો ગર્ભાશય કે તેની નળીઓને ચેપ લાગે છે તેનું ધ્યાન રાખવું. ચેપી રોગવાળા પુરુષના સમાગમને અંગે સ્ત્રીને મૂત્રાશયની પહેલાં ગર્ભાશયના ચેપની વધુ બીક રહે છે.

૪૪ સવાલ : સ્ત્રીને જેમ ૪૫/૫૦ વર્ષ પછી અટકાવ બંધ થાય છે અને વાસનામાં ફરક પડે છે તેમ પુરુષને થાય છે કે કેમ ? અને ત્યારબાદ તે સંતાન પ્રાપ્તિ કરાવી શકે કેમ ? પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીથી વધતી વયે શું ત્રાસ થાય ?

જવાબ : સ્ત્રીને અટકાવ બંધ થવાની આગમન શારીરિક ફરિયાદ જાણી થાય છે. તેનું પ્રમાણુ પ્રત્યેકના કૌટુંબિક ઇતિહાસ, તંદુરસ્તી અને શારીરિક રચના પર રહે છે. સ્ત્રીમાં તે તરત માલમ પડી આવે છે. જો કે અટકાવ બે ત્રણ મહિનાની ફરીયાદો બાદ બંધ થાય કે બે ચાર વર્ષ વધી થોડો ધણો ત્રાસ આપી બંધ થાય છે. વયનો આધાર પણ ઉપરના કારણ પર અવલંબે છે. આજની શહેરી

કૃત્રિમ જીવન ગાળતી સ્ત્રીઓ ગામડાંની સ્ત્રીઓ કરતાં વધુ ત્રાસ ભોગવે છે અને અટકાવ તે પ્રમાણે મોડો વહેલો બંધ થાય છે. ત્યારબાદ સાધારણ રીતે સ્ત્રીને સંતાનોત્પત્તિ થતી નથી. કાઈકળ પ્રસંગે થવાનો સંભવ રહે છે.

પુરુષમાં ધીમે ધીમે ચેતન ઘટે છે અને તેને પોતાને ક્ષીણતા (ખાસ કરીને સ્ત્રીસંબંધ વખતે) માલમ પડે છે. કહેવાય છે કે “A woman is as old as she looks, while a man is as old as he feels.” સ્ત્રીની વય તેના શરીર પરથી જ માલમ પડે છે, અને પુરુષની વય પુરુષને પોતાની શક્તિ પરથી માલમ પડે છે. ૬૦ વર્ષના વૃદ્ધ ૩૦—૩૫ વર્ષના યુવાન જેવું કામ કરી શકે છે. ૩૦—૩૫ વર્ષના યુવાન ૬૦ વર્ષના વૃદ્ધ કરતાં પણ શક્તિ અને રૂપમાં ક્ષીણ દેખાય છે.

પુરુષને સાધારણ રીતે મંદતા (સ્ત્રી તરફ અભાવ) ૫૫ અને ૬૦ વર્ષની દરમિયાન આવે છે. જે કે તેની શારીરિક પ્રકૃતિ અને પૂર્વજીવન, આ પર અસર કરે છે. તંદુરસ્તી અને સારી સુધડ ટેવવાળો પુરુષ ૬૦ વર્ષ પછી જ વૃદ્ધત્વ તરફ જતો ગણાય. સંતતિ ૬૦ વર્ષ કે તેનાથી મોટા પુરુષ થોડાજ દાખલામાં ઉત્પન્ન કરાવી શકે છે. તે તેની તંદુરસ્તી અને વીર્યના ચેતનજંતુઓ પર આધાર રહે છે. એક ખડતલ નિયમિત સંયમી પુરુષ જરૂર તે બાદ પણ સંતાનપ્રાપ્તિ કરાવી શકે. પરંતુ તે ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે દરેકની પ્રકૃતિ અને ટેવ પર આધાર રાખે છે. જે કે સંભવ ઓછો તો ખરોજ. પરંતુ ત્યારબાદ સ્ત્રીસંબંધ કમી રહે છે.

કાઈકવાર અમુક રોગને અંગે ૪૫ વર્ષ પછી કે તે પહેલાં પુરુષને ઉત્થાપન વધુ રહે છે અને તેને તે કામશક્તિ વધવાની ભૂલ સમજે છે અને વધુ સંબંધ તરફ આકર્ષાય છે. તેનાં કારણ—(૧) પ્રોટેસ્ટેટ ગ્રંથીમાંથી સોજો કે તેનું ફુલવું. (૨) આ વય બાદ મનુષ્ય આહારવિહારમાં નિયમિત ન રહે તો મુત્રાશય પુરેપૂરું ખાલી થતું નથી અને પિશાબ અંદર થોડોથોડો બાબુએ બેગો થઈ બગડવા માંડે છે અને મૂત્રાશયની કાથળીને સોજો આવે છે. (૩) મગજ મનુષ્યને ચેતવણી

આપે છે પરંતુ તે તેની અવગણના કરી ઉત્થાપનને વાસનાનું જોર સમજી લે છે. (૪) અને અંગે વારંવારના સંયોગથી પુરુષ વધુ અશક્ત થતો જાય છે.

સંયોગે માટે આટલું સ્ત્રીપુરુષોએ ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે પુરુષને કામશાંતિ જલદી થાય છે; સ્ત્રીને ધીમે ધીમે, આ અંગે સ્ત્રીને શરૂઆતમાં પુરુષ તરફથી ઉત્ક્રાંતિની જરૂર રહે છે. તંદુરસ્ત સ્ત્રીપુરુષને સંયોગ બાદ થોડો શ્રમ માલમ પડે પરંતુ ત્યારબાદ શાંતિ અને આનંદ થાય છે. પરંતુ સંયોગ બાદ ના કે ના કલાકે પણ આવી શાંતિ થતી ન હોય, સુખમય નિદ્રા ન આવતી હોય કે જેને અતિશ્રમ કે અશક્તિ લાગતાં હોય તેને સખત સંયમ પાળવાની જરૂર છે નહિ તો તે ચિર:શાંતિ તરફ જલદી જશે. આવાં અશક્ત સ્ત્રી પુરુષોએ શ્રમ પડે કે નુકશાન થાય એવાં આસનોનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ અને વાસના ઉત્ક્રાંતિ એવો ખેરાક, સાહિત્ય કે ચિત્રથી દૂર રહેવું જોઈએ. તરૂણ અવસ્થા સુધી શક્તિ ટકાવી શકાય છે. રોગમાં કે વૃદ્ધાવસ્થામાં કામની અશક્તિ માટે ચિંતા કરવાની કે તે વધારવા માટે પૈસા અને શરીરની ખુવારી કરવાની જરૂર નથી. વૃદ્ધ થતાં જેમ દાંત, અને કેશ કાળા થાય છે, કરચલીઓ વળે છે, તે પ્રમાણે કામ-શક્તિ પણ કમી થવાની જ અને તેને અકુદરતી રીતે વધારવા જતાં કે તેની પરવા ન કરતાં તેમાં મચ્યા રહેવાથી તે વધુ જોરથી પછડાઈ પડે છે. શરીરની ખીજ ક્ષીણતા માટે તૈયાર રહે છે તો કામની ક્ષીણતા માટે કેમ નહિં? શક્તિ હોય અને કામ પૂર્ણ થયા બાદ તાજગી અને સંતોષ મળતાં હોય તો જ કામવાસનાની પૂર્તિ કરવી, નહિ તો અંતર વધુ લાંબુ રાખવું. આ વાસનાશક્તિ કે સંયોગશક્તિ દરેક સ્ત્રી પુરુષને જુદી જુદી રહે છે તે માટે ખાસ નિયમ બાંધી શકાય નહિ. ઉપર કહેલા સાધારણ નિયમ અને શક્તિ પર આધાર રાખે છે. આ ઉપરાંત કોઈ સ્ત્રીને અણુગમે હોય તો તેની પણ અસર થાય છે, તો તેવાં દંપતીએ પોતાની ખોડ એક-બીજા પાસેથી જાણી દૂર કરવી જોઈએ અને શરીર સ્વચ્છ રાખવું જોઈએ. સાંઝના ગમે તેવા ગંદા કપડાં સાથે શયન કરવાથી એક જાતની ધૂણા આવે છે. એ દરેક

સ્ત્રી પુરુષે (અને ખાસ કરીને સ્ત્રીએ આખો દિવસના ઘરકામથી થયેલાં ગંદા કપડાંને કાઢી) ગુપ્તભાગ અને શરીરના દરેક ભાગ સાફ કરી, બારીક કપડાં સાથે શયન કરવું સાફ છે. સ્ત્રીએ આટલું ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે પોતાના જ લલા માટે અને પુરુષને પોતા તરફ ખેંચી રાખવા માટે સુધડ રહેવાની જરૂર છે. અલખત પતિ બિમાર હોય તેવે વખતે તેને આકર્ષણ થાય એવું કાંઈ ન કરવું, નહિ તો બંનેના જીવનનો સત્યાનાશ જલદી થાય છે. પોતાની શારીરિક અને કપડાંની સ્વચ્છતા તરફ પુરુષે પણ તેટલું જ ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. ‘હવે અમારે ક્યાં શોધવા જવું છે’ કહી બેઠરકાર રહેતાં એક બીબા તરફનો તે અણગમો લાવે છે તે ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે. તંદુરસ્ત કામશક્તિવાળો પુરુષ રોજ એક વખત સંયોગ કરી શકે છે. ત્યારે કેટલાકને અઠવાડિયામાં એકવાર સંભોગ હેરાન કરી મૂકે છે.

આવા પુરુષને પ્રૌઢ વયે કામશક્તિમાં વધારો થાય તો તેને ઉપરના કારણો સમજી તેની સારવાર કરવી જોઈએ અને પોતાની કામશક્તિ વધી છે એમ ન સમજતાં પોતાને મૂત્રાશય કે પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીનો રોગ લાગુ પડ્યો છે એમ સમજી તેની સારવાર કરવી.

હવે તમને આ પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી માટે જણાવું. આ ગ્રંથી મૂત્રાશયના મૂળની આસપાસ આવેલી છે અને વીર્યાશય અને યુરેથ્રા-મૂત્રનળી સાથે એનો સંબંધ છે એટલે એ અગત્યની છે તેનો તમને ખ્યાલ આવશે. પહેલાંના વૈદકીય પુસ્તકોમાં પણ આને વિષયે ઘણું થોડું લખેલું છે અને મેં ગયા પ્રશ્નમાં જણાવ્યા પ્રમાણે દિલગીરીની વાત છે કે ઘણાં વૈદકીય પુસ્તકો અને કોલેજો સ્ત્રીપુરુષોના ઉપયોગી અંગ વિષે ચૂપકાદી, સેવે છે. અને આ અંગે આવા ગુપ્ત અટપટા અંગો માટે ડોક્ટર પણ થોડું જ જાણે છે. આ જાણવા માટે એને આજનાં સારાં જાતીય વૈજ્ઞાનિક પુસ્તકો (ગમે તેવાં શૃંગારિક, બીભત્સ ચોપાનીયાં કે પુસ્તકો નહિ.) નાં સંબંધમાં રહેલું જોઈએ.

આ ગ્રંથીની ક્રિયા અને એને અંગે થતા રોગો તરફ દુર્લક્ષ કરવાથી ઘણી હાનિ થાય છે અને એમાં વધુ વિક્રિયા થતાં મરણ પણ થાય છે. લોહીમાં પિશાબનાં તત્વો માલમ પડે ત્યારે કંઈ બગાડો છે

એમ સમજવું. પ્રોસ્ટેટ આ વખતે વધેલી માલમ પડે છે અને યુરેથ્રામાં કાંઈ ધા કે સોજો હોય છે. આના પરથી ઝટ ચેતવણી મળે છે અને ખીજું તો મેં આગળ જણાવ્યું છે. આ ગ્રંથી ૧૧ થી ૧૫ ઇંચ લાંબી પહોળી અને એક ઇંચ જડી હોય છે. પ્રોસ્ટેટ, યુરેથ્રા, વીર્યાશય, વૃષણ મૂત્રાશય વગેરેના રોગ તપાસવા માટે થોડો વખત થયાં Cystoscope Periscope નામનાં યંત્રો નીકળ્યાં છે. મૂત્રનળીમાંથી આ યંત્રની સળી અંદર નાંખવામાં આવે છે અને સ્ત્રીપુરુષોના ગુપ્ત ભાગોના રોગો વગર X Ray ના ફોટાથી જોવામાં આવે છે અને આને અંગે વગર કારણની શસ્ત્રક્રિયા પણ અટકે છે. આ પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીમાં એક જાતના અતિ ચેતનવંતા સ્નાયુઓ રહેલા છે અને આની શિરાઓ લિંગમાં ફેલાયેલી હોય છે અને તેમાં રક્તના ભરાવાના અંગે ઉત્થાપન થાય છે અને આ ઉત્થાપન થાય છે ત્યારે પિશાબ થઈ શકતો નથી એ બધાનેજ ખબર હશે. વીર્યને પણ પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીમાંથી એક જાતનો પ્રવાહ મળે છે જેથી વીર્યજંતુમાં અતિ ચેતન આવે છે અને સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગમાં તે આગળ વધી શકે છે. પ્રોસ્ટેટના આ verumontanum (વેરુમેન્ટેનમ)ની વિક્રિયા થતાં પુરુષને ધણો ત્રાસ થાય છે. આને અંગે હસ્તદોષની, જલદી વીર્યસ્ત્રાવ, સ્વપ્નસ્ત્રાવ વગેરે થાય છે. હસ્તદોષની કુટેવ, અધુરો વીર્યપાત, ઉત્તેજનાની દવાઓ વગેરે આના પર સખત અસર કરે છે અને આનો સોજો આવતા જીવન ખરાબ થઈ જાય છે. પુરુષ કામધંધો અને લગ્નજીવન પણ ખરાબર રાખી શકતો નથી. પણ, લિંગ, થાપા વિગેરેમાં દુઃખાવો થાય છે. માથું દુઃખે છે. ચક્કર આવે છે. અશક્તિ લાગે છે. અપચો થાય છે. પિશાબ કરતાં દર્દ થાય છે. વીર્યપાત વારંવાર કે થોડી ક્ષણમાં થાય છે. માનસિક બેચેની લાગે છે અને છેવટે નપુંસકતા પણ આવે છે. માટે આવાં ચિન્હો જણાતાં સંયમી અને વ્યવસ્થિત જીવન ગાળવાની જરૂર છે. પાતળી કે અતિમાંસલ ઇંદ્રિય (પુલ્લિંગ) કાંઈ જાતીય રોગની નિશાની છે, અને વેરુમેન્ટેનમની સારવારથી તે રોગીઓ સારા થાય છે. દર્દ શું કરે છે તે પર ધ્યાન આપવું પરંતુ તેનાથી દોરાઈ ન જવું. કારણ તપાસ કરી ડોક્ટરેજ શોધવાં રહ્યાં. ગોનોરીઆ કે સીપ્રીલીસ

જેવા રોગની પણ તપાસ કરવી રહી. યુરેથ્રામાંથી આ રોગ પ્રોસ્ટેટ અને મૂત્રાશયમાં ફેલાય છે.

આ રોગની દવા ગમે તેવા ડોક્ટરની પાસે કરાવવી નહી. વારંવાર મુત્રનળીમાં સળી સ્ત્રી પુરુષોએ ન ખાવવી નહિ કે નળી વાટે પુંક મરાવવી નહિ. સમજ્યા વગર કે સમજીને પણ અતિશય દુરુપયોગથી સોજો ચઢે છે.

ચાંદી અને પ્રમેહ જેવા રોગથી પ્રોસ્ટેટ કે યુરેથ્રામાં ચાંદાં પડી ખાડા પડી જાય છે ત્યારે રોગ લયંકર રૂપ ધારણ કરે છે. સ્ત્રીઓ પ્રોસ્ટેટ, યુરેથ્રા કે વીર્યાશયના રોગને મૂત્રાશયનો રોગ સમજી ખોટી સારવાર કરે છે. પ્રોસ્ટેટમાં પાણી પણ ભરાય છે. નાની પથરી પણ બાકે છે અને તે વખતે મૂત્રમાર્ગ બંધ થઈ જાય છે અને અતિ ત્રાસ થાય છે. પથરીનાં કણો મૂત્રાશયમાં નીચે ઉતરે ત્યારે ત્રાસ થાય છે. મૂત્રાશયની પથરી ઓગાળવાની દવા જો બરાબર ન લેવાય તો થોડી કણો પ્રોસ્ટેટમાં અટકે છે અગર તો બહાર નીકળતા પ્રોસ્ટેટની બારીક ગ્રંથી અને નળી જોડે ધસાતાં તેને દર્દ કરે છે. આની દવા આપનારે જોવું જોઈએ કે અતિશય પિશાબ તેવે વખતે થાય તો સાફ કે ધસારા સાથે બધી પથરીના કણો બહાર નીકળી જાય. પથરીનો રોગ સ્ત્રીને ભાગ્યેજ થાય છે. આગળથી જો પ્રોસ્ટેટ કે યુરેથ્રામાં ચાંદા હોય તો પથરીના કણો ત્યાં જામી જઈ વધતા જાય છે અને પિશાબનો એસીડ તેની આસપાસ રોજ જામી તેના પ્રમાણમાં વધારો કરે છે. આવા પ્રોસ્ટેટના પ્રવાહી અને એસીડને અંગેની પથરી વધતી વયે થવાનો વધુ લય છે માટે વધારે યોગ્ય પ્રમાણમાં દિવસે સ્વચ્છ પાણી પીવું કે જેથી પિશાબ રોજ ખુલાસે આવે અને કચરો બહાર નીકળી જાય. રાત્રે બહુ પાણી ન પીવું નહિ તો વારંવાર ઊઠવું પડે છે જેથી નિદ્રામાં ત્રાસ થાય છે અને તંદુરસ્તી બગડે છે. આ પથરીને અંગે વારંવાર પિશાબની ઇચ્છા થાય છે અને ત્રાસ થાય છે અને શરૂઆતમાં આવા રોગને અંગે ઇંદ્રિય ઉત્થાપન થાય તેને કામલાસના વધી છે, શક્તિ આવે છે, એમ સમજવાની મુલ ન કરવી તે કરતાં વધુ સ્ત્રીસંબંધ થતાં રોગ વધી જશે અને આગળ જતાં

રોગ અસહ્ય થઈ જાય છે. આટલા પરથી ધ્યાન રાખવાની જરૂર છે કે લિંગના મુત્રાશયના રોગ વખતે એપી રોગની તપાસ કરી પછી પ્રોસ્ટેટ અને યુરેથ્રા વગેરેની યોગ્ય ડોક્ટરી તપાસ કરવી અને ત્યાર-બાદ મુત્રાશયની તપાસ કરવી, જ્યાં રોગ હોય ત્યાં બરાબર સારવાર કરવી. હા, નપુંસકને અગર જેને સ્ત્રીસંબંધ ન કર્યો હોય તેને પ્રોસ્ટેટ હોય છે; પરંતુ નાની પરંતુ ઉપર પ્રમાણે વધતી વયે તેમાં પણ ઉપર પ્રમાણે વધારો થાય છે.

૪૫ સવાલ : ૪૨ વર્ષની મારી વય, પત્ની બિમાર રહેતી હોવાથી બીજી કરવા વિચાર છે સુસંસ્કૃત અને સુધારાવાળી. વેક્યુમ પંપથી પુરુષત્વને કાંઈ ફાયદો થાય છે અને પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી તેના પર અસર કરે છે કે કેમ ?

જવાબ : વેક્યુમ પંપનો થોડો ધણો રકતાભિસરણમાં ઉપયોગ થાય છે, પુરુષત્વ વધારવામાં નહિ. અને ત્યાં સુધી એનાથી દૂર રહેજો. તમારી વયે પ્રોસ્ટેટનો ખાસ ત્રાસ થવાનો સંભવ નથી. કદાચ કાંઈ તમને એપી રોગ કે કાંઈ સોજો હોય તો આગલા બે પ્રશ્નો વાંચી જાવ. તેમાં કાંઈ એપી રોગ સોજો કે પથરી હોય તો ઉશ્કેરાટ થવાનો સંભવ છે પણ તે ઉશ્કેરાટ ખરો નથી. તંદુરસ્ત પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથા પોતેજ કાંઈ ઉશ્કેરાટ લાવતી નથી પરંતુ તેમાં રોગ હોય તો ખોટો ઉશ્કેરાટ થાય છે.

લોહીના કમી દબાણથી (જોધએ તે કરતાં ઓછા) અશક્તિ રહે છે તે પણ પુરુષત્વ અને તંદુરસ્તી પર અસર કરે છે પરંતુ તે તાબડોતોબ માલમ પડી જાય છે અને તાજે અને સ્વચ્છ પોષણકારક ખોરાક, સ્વચ્છ હવા, પાણી અને સાધારણ કરસતથી ફાયદો થશે. સારી કાળજી અને સારવારથી ધણો ફરક પડી જશે, તમારી પત્નીને આવું કાંઈ હોય તો સારી સારવાર અને ખોરાક વગર માટે કાળજી રાખો. બીજી પત્ની કરવાના ઉમંગમાં તમારા તરફની બેદરકારી એ એમની માંદગીનું કારણ હોઈ શકે.

તમારા પત્ર ઉપરથી તમે થોડા ધણા ભણેલા હશે અને કાંઈક

ડીઝી પણ ધરાવતા હશે એમ હું ધારી શકું છું. અને આજના સ્ત્રીસ્વાતંત્ર્યના જમાનામાં કોઈ તમારા પૈસા પર મોહી પડી હશે. વધતી જતી વસ્તીમાં ગમે તેની સાથે લગ્ન કરી ભૂખમરો વેઠવા કરતાં તમને તેણે પસંદ કર્યા હશે. જ્યારે જ્યારે દેશમાં સુરક્ષિતતા (લડાઈનું વાતાવરણ અને શારીરિક બીતિ નહિ) હોય છે ત્યારે એ કહેવાતી નારીસ્વાતંત્રતાનો પવન વાય છે. અને ધણે ભાગ જો યોગ્ય સંયમ અને નિમંત્રણ ન હોય તો તેનો દુરુપયોગ થાય છે. એટલે તમને સંભાળીને પગ મૂકવા સલાહ આપું છું ઇશ્વર ન કરે અને તમેજ અપંગ થાવ તો તમારી પત્ની અન્ય પતિ કરે તો તમે સાંખી શકા કે ? અને જો પત્ની થતાં તમને એમ લાગ છે કે તમે સુખી થશો ? નવીનતાનું પ્રકરણ પુરૂં થયા બાદ એનું એજ ગાડું ચાલુ રહેવાનું.

૪૬. સવાલ : ૨૩ વર્ષની મારી વય. ૧૫ થી ૨૦ વર્ષ સુધીમાં હસ્તદોષની ટેવ હતી. ત્યારબાદ કમી, છ મહીના થયા બીલકુલ નહિ. થોડા મહિના પહેલાં મને ડાબા વૃષણની ઉપરની બાજુ પર થોડું દર્દ થવા માંડ્યું અને જ્યારે ઉત્થાપન થાય ત્યારે દર્દ ધીમું ધીમું સળવળાટ જેવું થવા લાગ્યું. કોઈ સખત જગ્યા-ખુરશી વગરે પર બેસવા બાદ પણ દર્દ થાય છે. મૂત્રાશયના દર્દનો સંભવ થશે ? ડોક્ટરે કાંઈ ઈન્જેક્શન આપ્યા. કાંઈ ફેર છે પરંતુ કહેવા જેવું નહિ. ડોક્ટર કહે છે કે ઓપરેશન કરવું પડશે. વૃષણ બરાબર છે પણ સહજ નાનું દેખાય છે.

જવાબ : વૃષણની નસોનો ફુલાવો મારા ધારવા પ્રમાણે તમને ચોક્કસ છે. આથી એક બાજુનું વૃષણ પહેલાં સુજે છે. તમારી વયના અવિવાહિત માણસને મૂત્રાશય કે પ્રોસ્ટેટના કોઈ રોગ કરતાં આનો વધુ સંભવ છે. આ એક સાધારણ વૃષણ પર રોગ છે અને ખાસ મોટી સારવારની જરૂર નથી. આમાં સાધારણ દુઃખાવો અને પેટની નીચે પણ થોડો રહે છે. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે લંગોટ પહેરવાની ટેવ રાખવી અને ધણે ભાગ આ રોગ એમને એમ ઉપર પ્રમાણે કાળજી રાખવાથી જ મટી જશે. એથી રોગ હોવા સિવાય મૂત્રાશય કે પ્રોસ્ટેટની પીડા સાધારણ રીતે આ વયે ન સંભવે. સંયમી પુરુષોને

લાંબા વખત પછી પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીનો આવ (કે જોડે વીર્ય પણુ) ઉત્થાપન આદિ દિવસે કે રાતે થાય છે (ધણીવાર સ્વપ્નાવસ્થામાં જ). તેમને ઇન્જેક્શનની જરૂર નથી.

જાતીય ગ્રંથીઓનાં સત્વો ધણાં મોંઘાં મળે છે. અને તમને તેની કે શસ્ત્રક્રિયા કરવાની પણુ કાંઈ જરૂર નથી. વૃષણની આ નસો ઉપર શસ્ત્રક્રિયા કરવી ધણી અણુધડ અને જોખમકારક છે. કોઈપણ ઠેકાણે વૃષણની અંદરની ત્વચા કે નસ પર કાપ પડ્યો તો તે મટવો ધણો મુશ્કેલ છે. અને એથી વૃષણ આખું ગુમાવવાનો પ્રસંગ ઉભો થાય. તંદુરસ્તી અને શુદ્ધ નિર્દોષ જીવન, સારો આહાર, ખુલ્લી હવા અને થોડો ધણો આરામ, ઉપરાંત લંગોટ રાખવો, (રાત્રે સૂતી વખતે નહિ) એટલાની તમને જરૂર છે.

૪૭. સવાલ : ૪૦ વર્ષની મારી વય. એક સ્ત્રી મને પસંદ છે. અને હું તેની જોડે લગ્ન કરી શકું એમ છું. આજ સુધી કોઈ કારણને અંગે ન ક્યાં. મને લાગે છે કે તે સ્ત્રીને હું સંતોષ નહિ આપી શકું. કાંઈ નપુંસકતા જેવું નથી. પરંતુ ઉત્થાપન સંપૂર્ણ નહિજ. મારી ૧૬, ૧૭ વર્ષની વયથી જ એવું છે.

જવાબ : મારા ધારવા પ્રમાણે તમને શારીરિક કરતાં માનસિક નિર્બળતા છે. તે ખંખેરી નાખો. તમે કે હું નેપોલીયન નથી. પરંતુ ‘અશક્ય’ જેવો શબ્દ તમારા મગજ—કોશમાંથી કાઢી નાખો. મનુષ્ય ધારે તે કરી શકે છે. મગજશક્તિને જોર આપવાની જરૂર છે. જો તમે વહેલી વયે લગ્ન ક્યાં હોત તો આટલાં ૨૦ વર્ષ તમારા મગજમાં ખોટા વિચારો ઘોળાયા ન કરત. આટલા વર્ષે કદાચ જો કે વિચારો કાઢવા તમને મુશ્કેલ લાગે પણુ તેવું કાંઈ નથી. હા. જો તે અંગે શારીરિક દોષ હોય તો તે વાત જુદી. પરંતુ તે તમને નથી જ. આ વયે કોઈ કુમારી કરતાં પુનર્લગ્નની સ્ત્રી જુવો, જે તમને સમજી શકે અને જરૂર તમને ઊશ્કેરણી આપી શકે. કુમારિકાને તમારે શીખવવાનું રહ્યું. આનાથી વધુ સાફ હું લખી શકું નહિ.

સ્ત્રીઓનો ભય—તમે તેમને સંતોષ નહિ આપી શકો કે કાંઈ

અકલ્પ્ય કલ્પના આવતી હોય તો તે કાઢી દેજો, તેથી માનસિક અસર થાય છે. એકાદ બે કે ચાર વાર શક્ય ન બને તો નાસીપાસ થવાની જરૂર નથી. માનસિક વિષાદ દુર કરી Will-Power વધારો. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે ખૂટલી હવા, સ્વચ્છ ખોરાક વિ. લેવાનું રાખો. તંદુરસ્ત માણસનું મગજ તંદુરસ્ત રહે છે. દવાના બાટલાની કે વાહન કાપની તમને કોઇ જરૂર નથી.

૪૮ સવાલ : વીસ વર્ષની મારી વય. મને સ્ત્રીઓ તરફ કાંઈ વિચિત્ર લાગણી થાય છે. (પ્રેમ કરવાની નહિ). અને ખાસ કરીને એકાંતમાં હોઈ ત્યારે. હું બીકણુ નથી.

જવાબ : તમને કાંઈ જ નથી. ચિંતા કરવાનું માંડી વાળો. કમાવાની શક્તિ લાવો અને સારી કન્યા જોઈ લગ્ન કરી નાખો. તમે સંપૂર્ણ પુરુષ અને તંદુરસ્ત છો. એકાંતમાં ખોટા ખ્યાલ કરવાના માંડી વાળો. સ્વપ્નમાં વીર્યસ્રાવ તો ધણાને થાય છે. ચિંતા કરવાની કાંઈ જરૂર નથી.

૪૯ સવાલ : ૫૨ વર્ષની મારી વય. પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી માટે મેં ઇલેક્ટ્રીક સારવાર લીધી હતી, ડોક્ટરે મૂત્રાશયમાં વધુ પ્રમાણમાં લગાડયું હતું અને પાછળના ભાગમાંથી પ્રોસ્ટેટની ચંપી કરી. મેં ૪ વર્ષ પર ફરીથી લગ્ન કર્યા છે. (પહેલી મરી ગઇ.) અને મને અને મારી યુવાન પત્નીને બાળકની આકાંક્ષા છે. મારી પત્નીમાં કાંઈ ખોડ નથી, મારી શારીરિક પરીક્ષામાં માલમ પડ્યું કે મારા વીર્યમાં એવા જંતુ નથી કે કોઇપણ સ્ત્રીને ગર્ભધારણ કરાવી શકે. ઇલેક્ટ્રીક સારવારથી તો તે મરી નહિ ગયા હોય ? એવાં કોઇ ઇન્જેક્શન છે કે જેથી કાયદો થાય ?

જવાબ : મેં આગળ જણાવ્યું છે કે પુરુષ અને સ્ત્રીને અમુક વય બાદ શારીરિક ફેરફાર થાય છે. વાસના હોવા છતાં, ઉત્પાદન શક્તિ રહેતી નથી. કોઇને ૭૫ વર્ષે આવે અને અનિયમિત અને ગમે તેમ જીવન ગાળનાર કે અતંદુરસ્તને ૩૫ વર્ષે પણ આવે. તમારી વયે પ્રોસ્ટેટનો ત્રાસ થોડો ધણો થવાનો. સારી સારવારથી તે કમી કે

અંધ થઈ જશે. ઇલેક્ટ્રીક સારવારથી જંતુ કાયમને માટે મરી જાય નહિ જ, તે તમારી ધારણા ખોટી છે. પણ કાયમી વૃષણને જો ઇલેક્ટ્રીક લગાડે તો વીર્યજંતુને અસર થાય છે.

Antuitrin (Pituitary) નાં ઇન્જેક્શનો sex gland extracts, sex hormones થી થોડી ઘણી કામશક્તિને અસર થાય છે પરંતુ કાયમ નહિ અને બાળકની આશા તમે લખો છો તે સ્થિતિમાં રાખવી ખોટી છે. તમે બીજી એકાદ બે દવા લખી છે તે નકામી છે અને પૈસા કમાવાની જાહેરખબર છે તે સિવાય કંઈ નથી. વૃષણ કે વૃષણના અર્ક ખાવાથી કંઈ ફાયદો નહિ થાય. ગ્રંથીઓની ઉપર જણાવેલી દવાઓ અતિશય મોંઘી મળે છે અને જર્મન દવાઓ સારી પણ ઘણી મોંઘી. તમને ખબર છે કે આવી દવાઓ જનાવરોની ગ્રંથી કે પિશાબમાંથી સત્વ ખેંચી બનાવવામાં આવે છે. (ગોમુત્ર થોડી કે ગધેડીનું દુધ પણ અને ખાસ કરીને ગર્ભવતી માદાનું). જનાવરના ગર્ભાશયની ઝોરમાંથી અને વિલાયતની હોસ્પિટલમાં સ્ત્રીની ઝોર પણ ભેગી કરી તેમાંથી સારી દવા બનાવવામાં આવે છે અને તે વંધ્યા સ્ત્રીને વધુ માફક આવે છે. તમને ખબર છે કે જંગલી જાતિઓની વાંઝણી સ્ત્રીઓ આ ઝોર ખાઈ જાય છે. પશુમાં પણ ગાય અને બીજાં કૂર જનાવરો તે ખાય છે તે ખબર હશે. અને આમ સત્વ રૂપે વેચાતી દવા પોષાય તે બધા લે છે.

આપે એક મોટી ભુલ કરીને પ્રૌઢ વયે એક આશાભરી યુવતિની જીંદગી બગાડી. તેની યુવાતિના કોડ, તેની માતા થવાની ઇચ્છા બધા પર પાણી આપે ફેરવ્યું. જમાનાના વહેવા સાથે સમાજના બંધારણ અને જીવન રીતિઓમાં થોડા ફેરફારની જરૂર છે. આપે એક પુનર્જનની સ્ત્રી કે પ્રૌઢ વયની કુમારિકા (પહેલા તે અલભ્ય હતી પરંતુ આજે ૩૦-૩૫ વર્ષની કોઈ ઠેકાણે મળી આવે છે.) જોડે લગ્ન કરવાં હતાં. તેનો પુરાણો ઇતિહાસ ખોલવાની શી જરૂર ? પ્રૌઢ વયે (૩૦-૩૫) કુમારિકા રહેતાં નૈસર્ગિક જોરને અંગે તેને ભુલ પણ કરી હોય. જેવી આપે કરી તેના જેવી તો નહિ જ. પરંતુ પ્રૌઢ વયે કન્યા શોધનારે આપસમાં સ્થમજી લેવું.

સ્ત્રીપુરુષ એક રથનાં બે બુદ્ધાં ચક્ર છે. એક બીજાને ગતિ આપે છે. અને જ્યારે એક પોતાની ધરીની બહાર જાય છે ત્યારે સંસાર વણસી જાય છે. ચક્ર નાનાં મોટાં હોય તો રથ બરાબર ચાલી (આજે આપણે તે રથને મોટર કે એજીન કહીએ) શકે નહિ. પશ્ચિમના પવનના સપાટે આજે કેટલીય શહેરની યુવતીઓ આમ ધરી બહાર રહી છે. તેમને કહેવાની સ્વતંત્રતા (સ્વછંદતા) જોઈએ છે. અને પાછી સ્વાતંત્ર્યપ્રેમી સ્ત્રી એ કાઠવાર પોતાને અબળાં અને કાઠવાર પોતાને સબળા કહેવડાવે છે. સ્વાતંત્ર્યપ્રેમી સ્ત્રીએ ટ્રેન, ટ્રામ, પ્લેટફોર્મ સીનેમા વગેરે ઠેકાણે ‘ખાસ સ્ત્રીઓ માટે’નાં પાટીઆં દુર કરાવવાં જોઈએ. અને પોતાની બાંગ ત્યાર બાદ પોકારવી, એક ખૂંદને જેલમાં સ્ત્રીઓને અલાયદી ગોઠવણ નથી, પુરૂષો જેવીજ સગવડ અને હાડમારી સ્ત્રીઓને ભોગવવી પડે છે, ન્હાવાની સગવડ નથી, વગેરે ખુબ લખ્યું છે અને છાપાવાળાઓએ તે ઊપાડી લીધું છે. સ્વતંત્ર થવા માંગતા દેશે હાડમારી અને કુરબાની કરવી જ રહી. સ્વતંત્ર થવા માંગતી સ્ત્રીએ પુરુષની હારમાં ઊભા રહી તેટલીજ અગવડ અને સગવડો ભોગવવી રહી. તે પોતાને પુરુષ સમોવડી ગણાવા માંગે તો શા માટે તે દરેક રીતે તેનો સામનો ન કરી શકે ? ભલે એકજ સ્નાનગૃહ હોય. એકજ નિવાસસ્થાન હોય. સબળા સ્ત્રીએ, પુરુષ સમોવડી કહેવડાવનારીએ શા માટે કાયા કે માયાની બીક રાખવી ? શા માટે સમાજ કે સરકાર પાસે અલાયદી સગવડ માંગવી ? શા માટે અત્યાચાર માટે સરકારની કે પુરુષની મદદ માંગવી ? જો આટલું ન બની શકે તો ભિન્ન ભિન્ન ધરીએ રહી સ્ત્રીએ સ્ત્રીનું અને પુરૂષે પુરૂષનું કાર્ય કરતા રહેવું. બંનેનાં ક્ષેત્ર બુદ્ધાં છે અને તે બુદ્ધાં બુદ્ધાં ક્ષેત્રમાંજ તે સુખી રહેશે. આ જરા પ્રશ્નની બહાર ગયું. ભાઈ, આપને આપના જવાબમાં મેં બધું જણાવી દીધું છે.

પ૦. સવાલ : પ્રૌઢ વયનો હું પુરૂષ. સ્ત્રી ગુજરી ગઈ છે. વધરાવળ છે અને સખત કામવાસના રહે છે. હસ્તદોષની ટેવ પડી ગઈ છે. એક...મને સ્ત્રી સંબંધ કરવાનું કહ્યું: ભલે તે પતિતા હોય—બીજાએ વૃષણ છેદન. તો વૃષણ નળી કાપી નાંખવી કે શું ?

જવાબ : વધરાવળવાળાએ આવું કાઠપણ આપરેશન વિચાર

કરીને સારા ડોક્ટર પાસે કરાવવું. આપે કહ્યા તેવા લેભાગુ પાસે નહિ. વાસ (Vas) ની શીરા કાપીને (Vas Difference) બાંધવાથી ફક્ત સંતતિ ન થાય. ધ્રુજા કાયમ રહે. એટલે તમે લખો છો કે નળી કાપવી પણ તેથી કાંઈ વળે નહિ. આગળ મેં જણાવ્યા પ્રમાણે Triple Bromide વ્યવસ્થિત રીતે લો તો કામ મંદ થશે. એમ ધીમે ધીમે સંયમ પાળતા જાવ અને ધાર્મિક અને તત્વજ્ઞાન પર ચાલ્યા જાવ. તમને આરામ થશે. પતિતા પાસે જતાં રોગનો ભોગ થવાની બીક ધણી છે. તમે (પુરુષ સમાજ) જે વિધવા પાસે દમનની ધ્રુજા રાખો તો તમે પણ તેમ કરો. નહિ તો કાંઈ ગ્રાહ વિધવા શોધી કાઢો.

૫૧. સવાલ : ૩૫, વર્ષની મારી વય. વૃષણ અને તેની ઉપરના ભાગ પર અને તેની અંગે જંઘાની બંને બાજુએ અને શરીરના વચ્ચેના સાંધાઓમાં અને સહજ પાછળના ભાગ પર ખજવાળ આવે છે. ખાસ કરીને રાત્રેજ. ૧૫ વર્ષ પર મને પ્રમેહ થયો હતો અને તરતજ સારવારથી એકદમ સાફ થઈ ગયું હતું.

જવાબ : પંદર વર્ષે પ્રમેહના જંતુઓ ઉછળી આવે ? ધણે ભાગે બને નહિ. તમારી તંદુરસ્તી સારી હોય તો જંતુઓનો ટકાવ ન લાગે અને સહજ બગડતાં ઉછળી તો અવશ્ય આવે નહિજ. પરંતુ તે હું નથી ધારતો. કેટલાકને ગુપ્ત ભાગોની બાજુએ ખજવાળવાની કુટેવ પડી ગઈ હોય છે. આ વચ્ચેના સાંધાઓની નસો ધણી ચેતનવતી હોય છે અને એકવાર ખજવાળ્યા પછી ધીમે ધીમે વધુને વધુ ખજવાળવાની ટેવ પડી જાય છે. તે હોય તો દુર કરશો. બાકી કારખોનીક લોશનથી બે ચાર દિવસમાં તે ભાગો ચારે બાજુથી ધોળો. કારખોલીક સાબુનો ઉપયોગ કરો. Iodex જેવા મલમનો ઉપયોગ કરો. કાંઈ સારો વૈદ્ય કે ડોક્ટર ખરજવું કે દરાજ પર સારો મલમ તમને બનાવી આપશે. તેથી તમને આરામ થશે.

બીજો એક સંભવ છે કે યુરેથ્રામાં સોજો હોય તો આમ ખજવાળ આવે. ગુપ્તભાગના વાળો બરાબર સાબુથી સાફ રાખતા ન

હોય અને બહુ મોટા થયા હોય તો તેમાં રહેતાં નાનાં જંતુઓથી ખજવાળ આવે છે. સારો માહિતગાર ડોક્ટર યુરેથ્રાનો સોજો જોઈ શકશે. પહેલાં લોશન અને મલમથી સાફ રાખો અને ખજવાળ પર સંયમ રાખો. હું ધારું છું કે ઠીક થઈ જશે. યુરેથ્રા પર સોજો હોય તો પેટ સાફ રાખો અને સ્ત્રી સંબંધથી દુર રહેવું. જરૂર પડે એનીમા લેવી. ત્યારબાદ વધુ ત્રાસ માલમ પડે તો સારા ડોક્ટરને બતાવજો.

દરેક સ્ત્રી પુરૂષે પોતાના ભાગો ઉચ્કરાટ ન આવે એવી રીતે સ્વચ્છ રાખવાની જરૂર છે. ગુપ્તેન્દ્રિય પર બહુ વાળ ન રાખવા.

પર. સવાલ : મને એક મિત્રે કહ્યું કે મારી પત્નીને બાળકો થતાં નથી અને તેના ગુપ્તાંગમાં બહુ ખટાશવાળો પ્રવાહી (Acidity) રહે છે. ડોક્ટરે બહુ ખર્ચાળ દવા આપવાની કહી, એટલી મારી શક્તિ નથી.

જવાબ : યોનિમાં સાધારણ રીતે ખટાશવાળો પ્રવાહી રહે છે જ. પરંતુ તમારી પત્નીને વધુ પ્રમાણમાં હશે અને એને દુર કરવા માટે કાંઈ ખર્ચાની જરૂર નથી. ખાવાનો સાદો સોડા (Soda bi-carbonate) એક પાણીના મોટા પ્યાલામાં એક ચમચી આખી ભરીને નાંખો અને તમારી પત્નીને રોજ દિવસમાં બે ત્રણવાર તેનાથી ગુપ્તભાગ ધોવાને (જરાબર અંદરથી વ્યવસ્થિત) કહો. ખટાશ કમી થશે અને સંતાનનો સંભવ રહેશે. કહેવાય છે કે આ સોડાના ઉપયોગથી પુત્ર થાય છે. (છોકરી થતી હોય તેને પણ.) પરંતુ તે માટે કાંઈ પુરાવો નથી. વીર્ય અને રજના પ્રથમ મેલાપમાં જ જાતિ બંધાય છે. છતાં કુદરત વિચિત્ર છે એમ કહેવું પડે છે.

પડ. સવાલ : લિંગની આગળની ત્વચા મને વધુ છે અને બહુ બહાર પડતી હોવાથી મને અડચણ અને ત્રાસ લાગે છે. સુન્નત કરાવું તો આટલી મોટી વચે (અપ) કાંઈ ત્રાસ થશે કે ?

જવાબ : સુન્નત કરાવી નાંખો. ત્યારબાદ સારો આરામ લો અને વીસ દિવસ સંયમ પાળજો. સારા ડોક્ટર પાસે ત્વચા કપાવજો નહિ તો લિંગ પર કાપ થતાં હેરાન થવું પડશે. આવું હોય અગર

ત્વચ્ચા ચોંટી ગઇ હોય અગર ઉપર ન જતી હોય તો નાની વયેજ સુખત કરવી જોઇએ. બાળક કરતાં તમને સારું થતાં વાર જરૂર લાગે.

૫૪. સવાલ : એક બાળને સ્વજાતિ સંબંધથી તરત જ વીર્યપતન થાય છે. વેશ્યા સાથે પુરુષાર્થ બતાવવા માંગે છે ઇન્દ્રિય સહજ વાંકી છે.

જવાબ : સ્વજાતિ સાથે ખરાબ સંબંધ ન કરવો. તે નુકસાનકારક છે. (શારીરિક અને માનસિક) અને કાયદા વિરુદ્ધ પણ છે. તમને અને અન્ય યુવાન બન્નેને તે અસર કરશે. વેશ્યા સાથે સંબંધ બાંધવા ન જતા. તમારી માનસિક અને એક શારીરિક અધોગતિ વધુ પ્રમાણ થશે અને એક વાર તમે ગયા પછી ત્યાંથી છુટવું મુશ્કેલ થઈ પડશે. તમને રોગ થવાનો ધણો સંભવ ત્યાં છે અને લગ્ન બાદ તમે તમારી નિર્દોષ પત્ની અને ભવિષ્યનાં બાળકોને તેનો વારસો આપી તેમનો સંસાર ખરો કરી નાખશો. તમારો ડર ખોટો છે. પૈસા કમાવાની શક્તિ હોય તો સારી કન્યા સાથે લગ્ન કરી નાખો. માનસિક શક્તિ અને સંયમ કેળવો. લગ્નબાદ નવીનતાને અંગે થોડાજ સમય શીઘ્રપાત થશે. સંયમ અને શક્તિ કેળવતાં સ્તંભન વધશે. સ્તંભનની દવામાં કે એવી કોઈ દવામાં ન પડશો. તમે બહુ વહેલી વયે લગ્ન કરો છો તે મેં જણાવ્યું છે, પરંતુ તમે અન્ય માર્ગે જતા હોય તો લગ્ન કરી નાખો. સહજ વાંકાપણું આપોઆપ ઠીક થઈ જશે, તે તમારી હસ્તદોષની ટેવને આભારી છે. માનસિક ચિંતા કરવી માંડી વાળો.

૫૫ સવાલ : ઘણા બાળકોની ટેવ હોય છે તેમ મને બચ-પણથી રાત્રે નિદ્રા આવી ગયા પછી ઇન્દ્રિયનું ઉત્થાપન થાય છે. જ્યારે રાત્રે અથવા સવારે હું જાગ્રત થાઉં છું ત્યાં ઇન્દ્રિયનો ઉત્કેરાટ રહે છે, મારી વય ૨૫-૨૬. હું પરણેલો છું પણ આ હાલતથી ત્રાસી ગયો છું. આની અસર મારા મગજ પર થાય છે એમ હું માનું છું. સ્હવારે જાઠતાં ઘણાં લાંબો સમય સુધી માનસિક ઉત્કેરાટ પણ રહે છે. જતે દિવસે આની અસર ઇન્દ્રિય પર થશે. લંગોટ મેં પહેરી જોયો છે. તેનાથી કાંઈ ફરક દેખાયો નહિ. આપ કૃપા કરી કંઈ ઇલાજ બતાવો.

જવાબ : બાળકોનો એ ઉશ્કેરાટ નૈસર્ગિક છે. મૂત્રાશયમાં પિશાબ ભેગો થવાથી ધણે ભાગે એ હોય છે. તે ઉપરાંત કરોડરજીનું નો પાછળનો ભાગ કાયમ રાત્રિભર દબાવાથી પણ ઉશ્કેરાટ રહે છે, એને કામવાસનાનું કારણ માનવું બૂલભરેલું છે. ત્હમને વધતે અંશે તેજ કારણ છે. કોઈ શક પડતી સ્ત્રી કે વેશ્યા સાથેનો તમારો સંબંધ છે તેમ જણાવ્યું નથી. આથી કોઈપણ સલાહ આપતાં પહેલાં કૌટુંબિક અને પોતાનો સંપૂર્ણ ઇતિહાસ જણાવવાની જરૂર છે. કોઈ પણ વાત છુપાવવાથી તમને ખરો જવાબ મળવો મુશ્કેલ છે અને તેથી તમને જ નુકશાન છે. તમને કોઈ ગુપ્ત રોગ થયો ન હોય (કોઈ વાંધાભરેલી સ્ત્રીના સંબંધથી) તો આ વયે પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીને કાંઈ અસર ન થાય અને તે અંગે ઉશ્કેરાટ ન થાય. કોઈકવાર પથરીના રોગથી જો પથરી પ્રોસ્ટેટમાં રહે તો ઉશ્કેરાટ થાય છે. મારા ધારવા પ્રમાણે તે પણ તમને નથી. હસ્તદોષની ટેવ તમને છે કે હતી અને તે કેટલો સમય તે પણ તમે જણાવ્યું નથી. લાંબો સમય ઉભડક બેસીને સ્ત્રી કે પુરૂષ-હસ્તદોષ કરવાથી ઈંદ્રિયને નુકશાન થાય છે એટલું જ નહિ પરંતુ કરોડરજીનના નીચેના ભાગને (spinal cord) નુકશાન (સોજો) થાય છે, ચત્તા સુવાથી એ અંગે ઉશ્કેરાટ રહે છે. કરોડરજીનનો મગજ સાથે સંબંધ છે અને મગજને કામવાસના સાથે. તમને તો લાંબા વખતની અતિશય ઉભડક બેસીને હસ્તદોષની ટેવ ન હોય તો તમને કરોડરજીનું ભાગ્યેજ કાંઈ કારણ હશે. મોટી વયનો કુમાર કે પ્રૌઢ કુમારિકા, વિધુર, અને વિધવા સ્ત્રી જેને સ્હામી જાતિનો સંબંધ મળી શકતો નથી અને વાસના દમન કરી શકાતી નથી તે હસ્તદોષમાં પડી આમ નુકશાન કરી લે છે અને ઉભડક લાંબા વખતના વારંવાર હસ્તદોષથી કરોડરજીનને ક્ષયનો રોગ લાગુ પડે છે અને તે આગળ પ્રસરે છે (T. B. of spinal cord). આવા સ્ત્રી પુરૂષોએ લગ્ન કે પુનર્લગ્ન કરવાં ઉત્તમ છે અને નામ ખાતર જીવન ગુમાવવું હું સાફ માનતો નથી. પુનર્લગ્ન થશે તો લોકોએ દિવસ બોલીને બેસી રહેશે. હા, ગુપ્ત વ્યભિચાર તરફ ન જવું. તેથી જો ગર્ભ રહે કે ગુપ્તરોગ થાય તો વધુ ત્રાસ અને સઘળી રીતે હાનિ થાય છે. તમને

ચતા સુવાની ટેવ હોય તો તે કમી કરો. પડખે સુતા જાવ. કોઇવાર ઉંઘા સુવાનો પણ વાંધો નથી. પડખાભેર સુવાની ટેવ સારી છે. રાત્રે જ્યારે જાગો ત્યારે પડખું બદલવું. પતિ પત્નીએ એક પથારીમાં સારી રાત સુવાની ટેવ સારી નથી. તે હોય તો તે પણ કમી કરજો. રાત્રે જ્યારે એકવાર વચ્ચે પિશાચ માટે ઉઠો. ઉત્થાપન સવારમાં ઘણું કમી રહેશે. ચોક્કસ આધે હોય કે સગવડ ન હોય તો તે માટે ક્રમીસ્ટને ત્યાં ખાસ ચાઇના વેર (વાસણ) મળે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને પણ આમ પિશાચ લાંબો વખત મૂત્રાશયમાં દાખી રાખવાની ટેવ હોય છે. તમે કોઇ જાહેર જગ્યાએ (બાષણ કે મેળાવડા વગેરેમાં) ગયા હોવ તો તમને માલમ પડશે કે પુરુષ કરતાં સ્ત્રીઓ પિશાચ કરવા કમી જાય છે, એનાં બે કારણ હોય શકે (૧) શરમ (૨) પિશાચના રોકવાથી કામ ઉત્તેજન મળે છે.

તમે ઉપર જણાવેલા બે કુદરતી પ્રયોગો કરો. સાંજે સાત કે આઠ વાગ્યે પાણી કે ચણાનો ખોરાક ન લેવો. પાણી સાંજે કમી લેવું. દિવસે જરૂર વધારે લેવું રાત્રે નહિ. માંસાહારી હોય તો તે કમી કરી નાખો. અને બે મહિના બાદ તમે ફરીથી લખજો. નહિં તો કોઇ સારા ડોક્ટર પાસેથી દવા લેશો. લેભાગુ અને લોભી પાસે ન જશો.

૫૬. સવાલ : વીસ વર્ષની ન્હાની વયે મેં થોડુંક અયોગ્ય કાર્ય કર્યું. એટલે અવિવાહિત છતાં અઠવાડીયામાં એકાદવાર વીર્યપાત થાય છે અને કોઇવાર પિશાચમાં પણ વીર્ય જાય છે. હું હંમેશા અનેક જાતની રમતો રમું છું છતાં શરીર સુધરતું નથી. આ વીર્યપાતન અટકાવવાનો કાંઇ ઉપાય? મારી ઇચ્છા થોડાંક વર્ષો લગન ન કરતાં પહેલાં શરીર વિકસાવવાની છે. મને લાગે છે કે ઉપલા કારણસર શરીરનો વિકાસ અટકી ગયો છે. ગુપ્ત રોગોનો નિષ્ણાત કોઇ મુખ્યમંત્રી ડોક્ટર બતાવશે અગર દવા જણાવશે ?

જવાબ : તમે શું અયોગ્ય કર્યું કર્યું તે જણાવ્યું નથી. હસ્તદોષ કે વેશ્યાગમન છે? હસ્તદોષ નુકશાન કરે છે પરંતુ સાધારણ પ્રમાણમાં-અઠવાડીયામાં એકાદવાર ધારવા જેટલું તેનાથી નુકશાન થતું નથી. એના કરતાં વેશ્યાગમન વધુ ભયંકર છે, કારણકે ગુપ્ત રોગોનો

તે આવાસ છે. તમને કોઈ ગુપ્ત રોગ હોય તો સારા વિશ્વાસુ અને ખીનખર્ચાળ ડોક્ટરને બતાવો. હું કોઈને સારો કે ખરાબ કહેવાને અશક્ત છું પરંતુ J. J. Hospital કે એવી કોઈ ધર્મોદા કે સરકારી હોસ્પિટાલમાં તમારી હકીકત કહેશો અને સલાહ પૂછશો તો તેઓ કહેશે અને કોઈ ડોક્ટરનું નામ પણ બતાવશે. સાધારણ હસ્તદોષને અંગે વીર્યપતન હોય કે પીશાબમાં વિર્ય જતું હોય તો ચિંતા કરવાની કોઈ જરૂર નથી. મન મજબુત બનાવો. તમને કોઈ જરૂર નથી. ઉત્તેજક ચિત્રપટો અને નવલકથા છોડી સારાં ધાર્મિક પુસ્તકો—ગીતા જેવાં—વાંચો.

પૃ. સવાલ : ઇન્દ્રિયની ત્વચા બચપણમાં કપાવતી વખતે ડાબી બાજુએથી સહજ વધારે કપાઈ છે તેથી ઇન્દ્રિય વાંકી રહે છે. ઇન્દ્રિય જાગૃત થાય છે ત્યારે દુઃખ થતું નથી પરંતુ તે વાંકી રહે છે. (પિશાબ બરાબર થાય છે)

જવાબ : હવે એનો કોઈ ઇલાજ નથી. પરંતુ મારા ખ્યાન પ્રમાણે તમને લગ્ન સંબંધમાં વાંધો નહિ આવે. કોઈ કુટેવ નહિ હોય તો તમને કોઈ રોગ નથી.

પૃ. સવાલ : અમદાવાદનો રહીશ. ૩૨ વર્ષની વય. ૧૦ વર્ષથી હસ્તદોષ તથા માનસિક વ્યભિચારથી વીર્ય ધણું કમજોર થઈ ગયું છે. તેમજ ચાંદી તથા પ્રમેહ જેવા રોગ થઈ ગયા છે. છેલ્લા પાંચ વર્ષથી ઇન્દ્રિય સતેજ થતી વખતે વાંકી રહે છે. અને સતેજ થયા છતાં ટટાર રહી શકતી નથી. આને અંગે સ્ત્રી-સંબંધ થઈ શકતો નથી. ડોક્ટર રક્ત તથા પિશાબનો રીપોર્ટ તંદુરસ્ત કહે છે. ઇન્જેક્શનથી મૂળ સ્થિતિ પ્રાપ્ત થશે ? માનસિક વિચાર સારા. સંતતિની ઇચ્છા ખરી.

જવાબ : સારો ખોરાક, શુદ્ધ હવા, ઉંડો શ્વાસોશ્વાસ લેવાની સ્વચ્છ વાંતાવરણમાં ટેવ, કુમળે તડકે સવાર સાંજ ઉભા રહેવું. ઘરમાં પણ ઉજાશ અને હવાની મોકળાશ રાખવી. સ્વચ્છ પાણી જોઈએ તો તેમાં સહજ ફટકડી નાંખવી વગેરે તમને ધણું ફાયદાકારક થશે. ઇન્દ્રિય બરાબર ઉત્થાપન ન થાય ત્યાં સુધી હસ્તદોષ કે સ્ત્રીસંબંધ

કે તેવા વિચારોથી દૂર રહેા. માનસિક અને શારીરિક સંયમ અને શક્તિ કેળવો. માલીસ કે પંપ તમને ફાયદો નહિ કરે.

મારા ધારવા પ્રમાણે વધુ ખાત્રી કરવા કોઇ બીજા ડોક્ટરને પણ બતાવો. તમને ચાંદી અંદરના ભાગમાંથી બરાબર પડી નથી એમ માફ ધારવું છે. ઉત્થાપન વખતે કંઈ થાય છે કે પિશાબમાં લાલાશ કે સફેદાશ માલમ પડે છે તેમ પણ તમે જણાવ્યું નથી. ધણીયવાર બહારથી સારો દેખાતો ગુપ્ત રોગ અંદરથી વધતો જાય છે. એ વિષયે મેં આગળ લેખોંકામાં ધણું લખ્યું છે. આવાં રોગી સ્ત્રી પુરુષે ઇન્દ્રિયને બરાબર પરમેન્ટ પોટાશના લોશનથી ધોવાની ટેવ રાખવી. પ્રમેહ અને ચાંદી ચેપી રોગ છે અને તે તમારી પત્નીને પણ હોવા સંભવ છે. ઉપર પ્રમાણે તંદુરસ્ત અને સ્વચ્છતાના નિયમો પાળો. દસ્ત સાફ આવવો જોઇએ. અને ચેપી રોગ હોય તો બંનેએ ડોક્ટરી સારવારથી રોગમુક્ત થવું અને ત્યારબાદ સંતતિની ઇચ્છા કરવી. ચેપી રોગવાળી સંતતિની ઇચ્છા ન કરશો. તેથી તમે આવનાર બાળકનું જીવન ખાફં કરી નાંખશો.

પટ. સવાલ : પત્ર વધુ પડતો બીજાત્મક એટલે પૂરો અહિં આપી શકતો નથી, પત્ની સંબંધ પહેલાં પોતે સ્વજાતિથી અયોગ્ય સંબંધ કરાવે છે. તો જ ઉત્થાપન થાય છે.

આ એમના મિત્રની વાત. બીજું પોતે લગ્ન કરવાથી સુખી થવાય-સ્ત્રીનું કદ, લંબાઇ વગેરે. આસનો પણ જાણવા માગે છે.

જવાબ : એક પત્રમાં ધણું લખી નાંખ્યું. તમારા મિત્રને એક જાતની કુટેવ છે. કદાચ એ નપુંસકતાની પણ નિશાની કહેવાય. કેટલાય કામી પુરુષો કે રાજાઓ જે નાનપણમાં વીર્યનો અતિસંભોગ થી બચ કરી નાંખે છે તેમને અયોગ્ય કર્મ કે અન્ય સ્ત્રી પુરુષની ક્રીડા જોઇને જ જોમ આવે છે એટલે તે નપુંસકમાં ખોટી માનસિક ઉત્તેજના લાવે છે. આવા કેટલાક હિન્દના રાજવીઓના સત્ય ઇતિહાસો છાપાઓના પાને ચઢેલા છે. અને દેશી રાજ્યોમાં ધણે ઠેકાણે સુંદર સ્ત્રીઓ પર આવી જાતના થોડે વધતે અંશે જુદા થાય છે. તમે

તેમની વય, કુટેવની સમય પૂર્વની ટેવ વગેરે કાંઈ જાણ્યું નથી. સ્વજનિ સંબંધ તમારા મિત્ર છોડી દે. એ ગુન્હો છે. અંતર વધારે. સ્વહસ્તે થોડો વખત ટેવ પાડે અને તે પણ છોડી દે. ગુપ્તરોગ હોય તો બરાબર સારવાર કરે. માનસિક અશક્તિ ખંખેરી નાંખતાં પોતા પર વિશ્વાસ મનુષ્યને આવે છે. “આમ થાય તોજ થાય નહિ તો નહિ” એ શંકાજ મૂળ ધાતક છે. શંકા એ ભૂત જેવી છે.

તમારે માટે સ્ત્રીની લાંબાઈ ટુંકાઈ કાંઈ સંસાર સુખની આડે આવતી નથી. ઘણું ભાગે નાના કદની અને સારા બાંધાની તંદુરસ્ત સ્ત્રી સારું સુખ આપે અને લે છે. ગોરી કાળી ચામડીનો ભેદ ભાવ પણ નકામો છે. સદ્ગુણી અને સારા વિચારની પતિવ્રતા સ્ત્રી મળે એ બસ છે. પુરુષે પોતા કરતાં રંગમાં ભિન્ન એવી પત્ની કરવી નહિ. મેશની સાથે હરિકાષ કરે એવા પુરુષે સુન્દર ગોરી પત્નીની આશા કરે અને લગ્ન કરે તો એ લગભગ કન્નેડું કહેવાય અને લોકો “કાગડો દહીંચરું લઈ ગયો” કહે એ વધારામાં. ૩૫ ગોરાપણમાં કે સફેદ ચામડીમાં જ છે, એવું કાંઈ નથી. ગમે તે રંગની પણ પ્રમાણ-સર તંદુરસ્ત અને સુખદ શરીરની અને સદ્ગુણી સ્ત્રીની પસંદગી કરવી. આ વિષયે વધુ પ્રેમ અને લગ્ન એ પુસ્તકમાં આપીશ. આસનો જેની જેવી રૂચી અને શક્તિ, કેટલાંક આસનોથી સ્ત્રીના શરીરને ત્રાસ થાય છે. Man superior સાધારણ રીતે ઉત્તમ ગણાય છે. અને તેથી જલદી ગર્ભધારણ કરી શકે છે, Woman superior આસનથી ગર્ભ જલદી ધારણ થતો નથી પરંતુ નબળા બાંધાની ગર્ભવંતી અને રોગી સ્ત્રી માટે તે નુકશાનકારક છે.

૬૦ સવાલ : મારી સહચારણીનો ઋતુદોષ બહુજ અનિયમિત છે. કોઈવાર ૧૫ દિવસે, કોઈવાર બે ત્રણ મહીને આવે છે; કોઈવાર તેથી પણ વધારે સમય થઈ જાય છે. ડોક્ટરને તેવી વખતે બતાવતાં સગર્ભા અવસ્થાની ના કહી હતી.

જવાબ : તમારી હકીકત પરથી તમારી પત્નીને delayed Menstruation વિલંબી ઋતુઆવની ઉપાધી છે. તેમની વય,

તેમને થતું દર્દ, આ સમય પહેલાં થયેલી કામી કે પાકી સુવાવડ, એ વિષયે તમે કાંઈજ જણાવ્યું નથી. તેમની માતાને તેવી સ્થિતિ હતી કે કેમ, તે પણ જણાવ્યું નથી. દરદીનો પુરો ઇતિહાસ સંપૂર્ણ જવાબ માટે જરૂરનો છે. Influenza કે typhoid જેવા તાવ બાદ પણ ઋતુસ્થાવની અનિયમિતતા થઈ જાય છે. સાવચેતી ન લીધી હોય તો ગર્ભાશયને પણ થોડી વધતી અસર કરે છે. ઋતુસ્થાવ દર માસે ગર્ભાશયને પણ થોડી વધતી અસર કરે છે. ઋતુસ્થાવ દર માસે ગર્ભાશયની દિવાલોમાંથી છુટે છે. સાથે સ્ત્રીની પકવરજ નીકળે છે. કેટલીકવાર વીર્યજંતુ ગર્ભાશયમાં સ્ત્રીના બિન્દુને મળવા છતાંય તે વીર્યને રજ ગર્ભની દિવાલે ન ઝહોટતાં ગર્ભાશયમાંથી માસિક સ્ત્રાવ સાથે કે થોડા વધારે વખત પછી બધું પાછું ધકેલાય છે. પણ ધણીવાર રોગ કે ગર્ભાશય દોષ, સ્ત્રીનો યોનીસ્થાવ, એવા કારણે ગર્ભધારણ થતો જ નથી. આમાં પુરુષના શુક્રનો દોષ પણ સંભવે છે.

ઋતુસ્થાવ નિયમિત કરવા માટે સ્ત્રીએ દિવસમાં બે વાર ૧૫ થી ૨૦ મિનીટ સહન કરી શકાય એવા ગરમ પાણીમાં (બહુ ગરમ નહિ. શરીરની ગરમીના પ્રમાણમાં) અડધા થાપા અને યોનિની ઉપર ત્રણ ચાર ઇંચ જેટલો ભાગ પાણીમાં ડુબે એમ ટબબમાં કે એવા કોઈ વાસણમાં બેસવું. ઘરમાં પાળવાળો નાનો ચોક હોય ત્યાં પણ મોરીને ડાટા મારી એવી વ્યવસ્થા થઈ શકે છે. ઠંડો કે શીતળ ખોરાક ન લેતાં પણ એવો હલકો ગરમ ખોરાક, અને ગરમ ચા અને કોશી પીવાની ટેવ રાખવી. આમ કરતાં કોશી (જુદા દાણાની ઘેર કરેલી-બજારની નહિ) ઠીક પડશે. બહુ ફરવાની ટેવ રાખવી. ઊંડો શ્વાસોચ્છાસ ખુલ્લી હવામાં લેવો, શરીર પર (ખાસ કરીને ઉપર જણાવેલા ભાગો પર) કુમળો તડકો પડવા દેવો. તેવે વખતે અને રાત્રે સુતી વખતે બારીક કપડાં પહેરવાં તંદુરસ્તીને ધણું ફાયદાકારક છે કે જેથી તડકો કે હવા આખા શરીરને મળી શકે. ચદી, જાડા ચણીઆ કે ચોળી, તડકો લેતી વખતે કે રાત્રે પહેરીને સુવાં શરીરને ફાયદાકારક નથીજ. તમને ખબર છે કે આપણામાં કહેવત છે કે “પરણેલી સ્ત્રી ચોળી પહેરીને સુવે તો પીયરનું પાસું ધસાય.” આમાં તંદુરસ્તીનો

સિદ્ધાંત સમાયેલો છે અને જુના વિચારના વહેમી બૈરાંઓને બાપણ કરતાં ઉપરના જેવી કહેવત કે વેદવાક્ય વધુ અસર કરે છે.

માનસિક ચિંતા [Nervous irritability] ગર્ભાશયનું જરા ખસી જવું, અપચો, અંધકોષ વગેરેથી ચઢીને ઋતુસ્થાવ આવે છે. માટે શરીર અને મનને શાંત રાખવાં આરામ લેવો, અંધકોષ થવા ન દેવો વગેરે ખાસ જરૂરના છે. અંધકોષ માટે દિવેલ કે પેરેશીન કોઈકવાર લેવું. વારંવાર નહિ. કુશ લેવો ઠીક પડશે. કોઈકને થુલાવાળા અનાજ કે ચણાના ખોરાકથી પેટ સાફ રહે છે; જેવું અંધારણ. જ્યાં દર્દ હોય ત્યાં અગર બહારથી ગર્ભાશયના ભાગ પર ગરમ પાણીની બેગ કે બાટલીનો શેક દિવસમાં ત્રણ ચારવાર કરવો. આ કુદરતી ઉપચારથી ઠીક થઈ જશે. દવા અને તેનાં પ્રમાણ માટે કોઈ સ્ત્રીના રોગના સારા અને અનુભવી વૈદ્યને મળો; પરંતુ ઉપરનું કરશે તો દવાની કાંઈ જરૂર નહિ રહે. શીત શરીર હોય તો પાણીનો ઉપરનો ઉપચાર અને પીપરીમૂળના ગોઠાડનો ઉકાળો દિવસમાં બે વાર પીવો. જરૂર હોય તો નીચે એક દેશી દવા જણાવું છું. પ્રમાણ સાંધારણ રીતે બધું મળીને એક ચમચાથી પણ થોકું. કમી જસ્ત માટે ગામના વૈદ્યને પૂછી લેવું.

હિંગ, સંચળ, સૂંઠ, મરી, પીપર, ભારંગ સમાન ભાગે લઈ ચુર્ણ કરી ગરમ પાણી સાથે દિવસમાં બેથી ત્રણ વાર ફાકવું.

૬૧ સવાલ : મને બે ત્રણ વર્ષોથી પિશાબ બરાબર થતો નથી. કાંઈક અટકે છે એવું લાગે છે. ખાસ દર્દ નહિ પરંતુ બેચેની લાગે છે. શરૂઆતમાં લિંગ જરા સુઝી ગયું હતું. સ્ત્રીને એવ લાગવાનો ભય ખરો ?

જવાબ : મારા ધારવા પ્રમાણે તમને યુરોથ્રાની નળીનો સોજો કે સંકોચન (Stricture) ને અંગે હશે. યુરેથ્રા એટલે મૂત્રાશય-માંથી લિંગ મારફતે જે નળી વાટે પિશાબ થાય છે તે નળી (Urinary canal).

તમારે કોઈ એ વિષયના ડોક્ટર (Urologist) ની સારવારની તરત જરૂર છે. તમને એપી રોગ છે કે કેમ તે પણ આટલા પરથી

કહેવું મુશ્કેલ છે. આ સંજોગોમાં સ્ત્રીસંબંધ ચાલુ રાખવાનું થોડું ધારતો નથી.

ફર સવાલ : બે વર્ષ પહેલાં એક વૃષણ [અંડ] વધવા માંડ્યું [પાણી જ ભરાતું.] કદાચ તધુ પડતા ઓરીસના કામને અંગે હશે. ડોક્ટરે થોડા મહિના સુધી સારવાર કરી ને સાફ થયું. પણ પાછું બીજા વૃષણમાં આ વર્ષે પાણી ભરાવા માંડ્યું છે. મારી વય ૫૦ ની ઉપર છે, અને આ અંગે જાતિય સંબંધમાં ત્રાસ થાય છે અને વીર્ય પતન નહિં જેવું જ. મને એવી રોગ નથી.

જવાબ : ડોક્ટરે મહિનાઓ સુધી તમારી સારવાર કરી. આ ફક્ત તેણે પોતાના આર્થિક ફાયદાની વાત કરી. તમને વધરાવળ છે અને આ પાણીનો ક્યાંથી ભરાવો થાય છે તે તેના ખાસ યંત્રથી ખરાબર જોઈને તેની ખાસ સોયથી થોડા વખતમાં કાઢી નાખવામાં આવે છે. બાદ પટી કે લેપ સિવાય કાંઈ દવાની જરૂર નથી. ફક્ત ૧૫-૨૦ દિવસનો સંપુર્ણ આરામ. સ્ત્રીસંબંધ પણ નહિ. કોઈવાર ફરીથી પાણી ભરાતું નથી. અને પુરું ભરાય ત્યારે વારંવાર કઢાવવું પડે છે. પાણી બહુ ભરાવા દેવું નહિ. આનાં ઓપરેશન પણ થાય છે. પરંતુ તે માટે ખાસ અનુભવી શસ્ત્રવૈદ્યની જરૂર છે. કારણ સહજ ભૂલ થતાં જીંદગી ખરાબ થઈ જાય છે. થોડું ભરાયું હોય તો થોડે અંશે અડચણ પડેજ અને તમારી વય વધારે છે, એટલે શક્તિ તે પ્રમાણે કમી. વીર્યપતન થોડું ઘણું થવું જોઈએ તે નથી એટલે હુ ધારું છું કે તમને પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીમાં વધુ પડતો સોજો છે. તમને આ વિષયના તમા ડોક્ટરની સારવાર અને આરામની જરૂર છે. અને આગળના પ્રશ્નમાં જણાવ્યા પ્રમાણે નિસર્ગોપચાર અને અને નિસર્ગ પર જીવો. ઝાડાની કબજીયાત જરા પણ ન થવી જોઈએ. પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીની કોઈ સારો ડોક્ટર માલીશ કરી ચંપી કરશે. વૃષણમાંથી પાણી કાઢી નાખશો તો ઘણો ફાયદો મળુમ પડશે. બહુ ચિંતા અને ત્રાસ ન લેવાં Testosterone Bropionate Male sex hormone નાં ઇન્જેક્શન તમને થોડો ફાયદો કરશે પરંતુ તે બહુ ખર્ચાળ છે. કુદરતી ખોરાક અને લીલોતરી ઠીક પડશે.

૬૩. સવાલ : ૨૨ વર્ષની મારી વય. હમણાં જ લગ્ન થયાં છે. લગ્ન બાદ તરત જ ઇન્દ્રિયની ત્વચાની અંદરના ભાગનું જોડાણ (Frenum) તુટી ગયું. (પ્રથમ સંબંધમાં) ત્યાર બાદ સંયોગમાં ત્યાં દર્દ થવા લાગ્યું. આ જોડાણ કાપી નાંખ્યું હોય તો ?

જવાબ : આ જોડાણની ત્વચા સખત અને નાની હોવાને અંગે કોઈકને આ પ્રમાણે ત્રાસ થાય છે. કોઈને એકાદ બે વાર ત્રાસ થયા પછી થોડા દિવસના આરામ બાદ મટી જાય છે. તમારા કાગળમાં લખવા પ્રમાણે સ્ત્રીની ઇન્દ્રિયનો પડદો આમ લાગ્યેજ પુરુષની ત્વચાને કાપ મૂકે કે નુકશાન કરે. હા ! જે બહુ સખત યોનિ પટલ હોય તો જ. પરંતુ તે જવલ્લેજ બને છે. તમે બાકીની ચોંટાટી ત્વચા કપાવી નાંખો પણ મારી સલાહ પ્રમાણે તમે સુન્નત કરાવી નાંખો. તમારે ૨૦ દિવસ કે મહિનો સંપૂર્ણ આરામ લેવો પડશે; પરંતુ પછી તમને ઠીક લાગશે.

૬૪. સવાલ : પુરુષની આકૃતિ (ઉંચાઇ કે જડાઇ) સાથે લિંગને કાંઇ સંબંધ છે ? પુરુષ નપુંસક છે તે શા ઉપરથી કહી શકાય ? એક સંબંધમાં સાધારણ રીતે કેટલો વીર્યપાત થાય ? પુરુષ પ્રમાણે સ્ત્રીની ઇન્દ્રિયમાં કાંઈ ફેર હોય છે ?

જવાબ : શરીર આકૃતિ પર લિંગની આકૃતિ આધાર રાખતી નથી. મસ્તકની આકૃતિ પરથી લિંગ કે યોનિની લંબાઈ કે ઉંચાઇ કહી શકાય નહિ. એ જાતિય અનુવાંશિક કારણ પર વધુ આધાર રાખે છે. સ્ત્રીની યોનિની પહોળાઇ પ્રસૂતિ બાદ વધે છે અને અંદરના સ્નાયુ થોડા ધણા ઢીલા અને લીસા બની જાય છે. આને લીધે પ્રસૂતિ બાદ ધણે ભાગે યોનિમાં કપડામાં કે રૂમાં બાંધી દવા રાખવામાં આવે છે. થોડે થોડે દિવસે ફટકડીના પાણીથી યોની ધોવાથી સંક્રાંત્ય થોડું ધણું રહે છે.

પુરુષ જન્મથી જ નપુંસક હોય કે શરીરમાં વિકૃતિ આવી હોય તો જ શરીર આકૃતિ કે તેના ચાળા પરથી તે કહી શકાય છે. બાકી તો તેની પત્ની જ કહી શકે.

૬૫. સવાલ : હમણાં મારી ૩૪, ૩૫ વર્ષની વય છે. ૨૫

વર્ષની વયથી મારે રોજ રાત્રે બે ત્રણવાર પિશાબ કરવા ઉઠવું પડે છે. અને નિદ્રામાં ખલેલ થાય છે. ડોક્ટર કહે છે કે મને કાંઈજ નથી.

જવાબ : તમને કાંઈ દવાની જરૂર નથી. અંતરગ્રંથીના કુદરતી નજીવા દોષથી આમ થવાનો સંભવ છે. અગર મધુપ્રમેહ હોય તો આમ પિશાબ વધુ થાય છે અને રાત્રે ઉઠવું પડે છે. આ મધુપ્રમેહ ડોક્ટરને પિશાબ પરથી માલુમ પડવો પણ મુશ્કેલ પડે છે. રક્તમાં સાકરના પ્રમાણથી તે ઘણું ભાગે માલુમ પડે છે. આનો સહેલો ઉપાય:—જાંઘુ અને તેટલાં તેની મોસમમાં ખાવાં. જાંઘુના ઠણીઆ સુકવી તેનું કપડાણ ચુર્ણ કરી સ્થવાર સાંજ દુધમાં લેવાની ટેવ રાખવી. સાકર અને ચણીનો ખોરાક કમી કરવો. રાત્રે પાણી કમી પીવું. દારૂ તાડી પીવાની ટેવ જેને હોય તેને સાધારણ રીતે પિશાબ વધારે થાય છે. તાજે નીરો પીવાથી વધુ પિશાબ થાય છે. એના આ ગુણને અંગે રક્તશુદ્ધિ અને મૂત્રાશયના કેટલાક રોગમાં તેનો ઉપયોગ થાય છે. નીરો વાસી થતાં તેને તાડી કહેવામાં આવે છે અને તે નુકસાનકારક ગણાય છે.

૬૬. સવાલ : એક ભાઈ લખે છે કે તેમની પત્નીને સંબંધ પછી તરતજ કે તે દરમિયાન પણ પિશાબનાં ટીપાં નીકળી પડે છે કે વધુ આવેશ થતાં થોડું ઘણું મૂત્ર વિસર્જન પણ થાય છે.

જવાબ:—સ્ત્રીનું મૂત્રાશય (bladder) યોનિમાર્ગની અધવચ ઉપરથી આવેલું છે ત્યારે યોનિમાર્ગ પર પણ થોડું ઘણું દબાણ થાય છે અને આ અંગે સ્ત્રીમાં કામ વાસના જાગૃત થાય છે. મેં આગળ જણાવ્યું છે કે કોઈ જલસો, સભા સીનેમા કે જાહેર ઠેકાણે પુરુષો જ વધુ વારંવાર પિશાબ માટે ‘મુતરડી’ કે જાહેર રસ્તાના પિશાબ સ્થાનોનો ઉપયોગ કરે છે. સ્ત્રીઓ ભાગ્યેજ તમને તેવાં સ્થાને કે રસ્તા પર બેઠેલી માલુમ પડશે. સ્ત્રીઓની લજ્જા આનું કારણ હોઈ શકે; પરંતુ લજ્જા કરતાં પિશાબના ભરાવાથી એક જાતનું યોનિમાર્ગ પર દબાણ થવાને અંગે થોડી ઘણી વાસનાપૂર્તિ જેવો આનંદ મળે છે તે વધુ પડતું કારણ છે.

સ્ત્રી એ લાગણીવશ પ્રાણી છે. તેના શરીરની રંગે રંગ લાગણી-
ઓથી ભરેલી હોય છે. પુરુષની આળપ'પાળથી સાધારણરીતે સ્ત્રીના
(સ્ત્રીને પુરુષ તરફ તિરસ્કાર હોય અગર ઠંડી હોય તો તેમ ન થાય)
શરીરમાં એક જાતની આનંદ અને વાસનાની લહેર ફરી વળે છે. સ્ત્રી
અને પુરુષ બંનેએ સમજી લેવાની જરૂર છે કે સંસારના નિયમમાં અને
તંદુરસ્તીને અનુલક્ષી કરેલી કાંઈપણ જાતિય ક્રીડા કે આનંદ તિરસ્કારવા
લાયક કે શરમાવાજનક નથી. અને આવે. થતો આનંદ દાખી દેવાની
કાંઈ જરૂર નથી. સ્ત્રીની આ લાગણીવશતા આવકારદાયક છે અને તેને
અંગેજ સૃષ્ટિ ટકી રહી છે. લાગણી કે આનંદને અંગેજ આમ અણ-
ચિંતવ્યું મુત્ર વિસર્જન થાય છે. પ્રખ્યાત ડૉ. હેવલોક એલીસ કહે
છે કે થોડે ઘણે અંશે સ્ત્રી પુરુષનો આત્મા મૂત્રાશયના અરીસાનું કામ
કરે છે. એક ડોક્ટર કહે છે કે મૂત્રાશય ખાસ કરીને સ્ત્રીની બાહ્યતમાં
આત્માના પ્રતિબિંબ જેવું છે. પુરુષ ભાગ્યે જ આવેશ કે ગુસ્સો કે
આનંદમાં આમ દ્રવે છે (રોગી અવસ્થા બાદ કરવાની.) જ્યારે
આનંદ કે ગુસ્સામાં સ્ત્રીનું મૂત્રાશય થોડું સંકોચન પામે છે-સહેજ
દ્રવે છે, ત્યારે દ્રવણ (ટીપાં) થોડાં હોય તો તે યોનિ તરફ વળે છે
અને બહાર માલમ પડતું નથી. પરંતુ વધારે હોય ત્યારે બહાર પણ પડે
છે. અને કપડાં પર બીનાશ દેખાય છે. આ ઉપરથી આપ સમજી
શકશો કે તે એક સ્ત્રીજન્ય અસર છે. હા, એટલુંજ કે તમારી પત્નીને
આનંદમાં ખલેલ પડતી ન હોય તો સંયોગ પહેલાં અડધો કલાક કે
કલાક પહેલાં વિસર્જન કરી આવે, એટલે વધુ મૂત્રદ્રવણ કે ટીપાં
પણ થોડાંજ પડશે. તમને ખબર છે કે કેટલાક પુરુષો સ્ત્રીઓ તરફ આ
દ્રવણની વાસને અંગેજ આકર્ષાય છે. બધાને દ્રવણ થાય એવું કાંઈજ
નથી. યુરેથ્રા અને મૂત્રાશયના સ્નાયુ વધુ શક્તિ ધરાવે તો આવું ન
થાય. પણ વધુ ભાગે તો સ્ત્રી એ સ્ત્રીજ છે અને રહેવાની પછી તે ગમે
તેટલી પોતાને આગળ પડતી (?) કહેવડાવે કે સુધારાને નામે ગમે તે ફેશને
આદરે ! તેના આ ફેશનવેડા અને બહારના મોટાપણાને અંગે આપણે
કાંઈવાર કહેવું પડે છે કે તે સ્ત્રીત્વ કે પત્નીત્વ જીલી ગઈ છે અને ગમે
તેવું આચરણ કરે છે. આના કરતાં કાંઈ અજાણ કે જંગલી સ્ત્રી સારી.

સ્ત્રી પુરુષના મૂત્રાશયની બાબતમાં એક ઇટાલીયન વૈજ્ઞાનિક કહે છે કે, જાતિય આવેશ વખતે પુરુષના પિશાબનું રોકાણ થાય છે તે બહાર નીકળી શકતું નથી. જ્યારે સ્ત્રીને પિશાબ જવાની ઇચ્છા થાય છે એટલું જ નહિં પરંતુ પિશાબનાં ટીપાં કે પિશાબ થોડી ધણી થઇ જાય છે અને કોઈક સ્ત્રીને જાતિય આવેશનો આતાર થયા બાદ જોરથી પિશાબ થઇ જાય છે. સ્ત્રીઓને આમાં કાંઇ નીચું જોવાનું નથી. એ તો નેસર્ગિક છે. આજના જમાનામાં તે પોતાની ધરની પોતાની ફરજો પડતી મૂકી અન્ય અયોગ્ય માર્ગે દેખાદેખી જઇ રહી છે તેજ નીચું જોવાનું છે. આ અનિચ્છનીય માર્ગે જઇ તે પોતાની સ્ત્રીમુલક લજ્જા, પરોપકાર વૃત્તિ અને માયા ગુમાવી બેસે છે. આ મોટા શહેરોમાં તે વધુ પ્રમાણમાં નજરે પડશે. મારે એકવાર એક મોટા શહેરમાં પ્રવાસે જવાનું થયું, મારી પત્ની માટે મને અમુક વસ્તુની ખાસ જરૂર હતી તે લાવી આપવા મેં વિનંતી કરી. જવાબમાં મને જણાવ્યું કે મારાથી નહિં થઇ શકે. મારે અંગ્રેજી શિખવા જવાનું છે. ત્યારબાદ સ્ત્રી મંડળમાં ત્યારબાદ...’ મેં આગળ કહેવાનું માંડી વાળ્યું અને અગવડ વેડી લીધી. બીજે વખતે એક ઠેકાણે તેવી એક સ્ત્રી અને મારા બહાર ગામના મિત્રને વાત કરતાં સાંભળ્યાં. ‘તમારી તબીબત સારી નહિં હોય. પરંતુ અમારે ત્યાં તો આવો જ રિવાજ છે.’ ગામડાની સ્ત્રી પણ ત્યાં જઇ આવી થઇ જાય છે એ અજાણ્યની વાત છે. ગામડામાં કોઇ ગરીબ બેકુત પણ તમને જકારે નહિં કરે અને પોતાનાથી શક્ય તેટલી મદદ કરશે. આ અંગેજ મોટાં શહેરોમાં હોટલો વધુ પોષાય છે. જગ્યાની અગવડતાની દલીલ જરૂર આપણે સ્વીકારી આર્થિક સંકડામણ સમજી શકીએ; પણ બીજું કાંઇ નહિં જ.

કોઇ નાટક કે સીનેમામાં તમે જોશો તો ઘણા પુરુષો મુતરડી તરફ વધશે. સ્ત્રીઓમાંથી ભાગ્યેજ થોડી અને જ્યારે એકાદ બે સ્ત્રી ઉઠે છે ત્યારે પણ ભાગ્યે જ થોડી સ્ત્રી તેની જોડે જાય છે અને જાય તો એટલાં માટે ‘ચાલને જરા જઇ આવીએ પગ છુટા થાય.’

કોઇ સ્ત્રીને આ મૂત્રાશયના આવેગને અંગે કોઇ વાર આવેશ

અતૃપ્ત રહેવાથી વારંવાર પિશાબે જવાની ઇચ્છા થાય છે. અને કામવાસના તૃપ્ત થવાથી મૂત્રાશયની ક્રિયા વ્યવસ્થિત થઈ જાય છે.

૬૭. સવાલ : ૨૭ વર્ષની મારી વય છે. મારી પત્નીની વય વર્ષ ૨૨. સવારમાં ઊઠતાં ઉત્થાપન થાય છે અને વાસના ઉદ્ભવે છે. મારી પત્નીને પૂછતાં તે પણ કશુંલ કરે છે કે તેને પણ વાસના તે વખતે રહે છે.

જવાબ : આ ઉત્થાપન ધણે ભાગે પિશાબના મુત્રાશયમાં ભરાવાને અંગે છે. અને આ અંગે લિંગની આબુબાબુ ઉપરથી રહેલી વાદળી જેવી નસોમાં રક્તનો ભરાવો થાય છે, સવારમાં આખી રાત્રિના પિશાબનો ભરાવો સ્ત્રી પુરુષ બંનેને થાય છે. ઉદ્દીપન સ્ત્રી પુરુષને આ અંગે રહે છે. વળી કમી વીર્યવાન પુરુષને પણ સવારમાં ઉદ્દીપન રહે છે. તો તેવો પુરુષ અગર ઠંડી સ્ત્રી (ઠંડી સ્ત્રીને પણ આ વખતે થોડું ધણું ઉદ્દીપન રહે છે.) આ સમયનો ફાયદો જાતીય સંબંધ માટે લઈ શકે તો કેટલાકની વાસના શાંતિની ફરીયાદ દૂર થાય. છતાં એટલું ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે જ્યારે મૂત્રાશયમાં પિશાબ અધિક ભેગો થયો હોય અને તેને કાઢવાની ખાસ જરૂર હોય તો તે પ્રમાણે ક્યાં બાદ સંબંધ કરવો. નહિં તો વધતા જતા પિશાબના દબાણથી લિંગ, કે યોનિ અને મૂત્રાશયનો રોગ થવાનો સંભવ રહે છે. એક યુવાનને મૂત્રાશયમાં સવારમાં પુષ્કળ ભરાવો થયો એટલે સુધી કે બે ચાર ટીપાં બહાર પડ્યાં પરંતુ તેની દરકાર ન કરતાં તેણે પત્ની જોડે સંબંધ કર્યો. (આ બાદનિ એમ સમજ હતી કે જેમ મુત્રાશયનો ભરાવો વધારે તેમ ઉત્થાપન વધારે. આમાં એક ડોક્ટર મહાશયે પણ, કંઈ વાંધો નહિ, એમ કહ્યું.) ઉત્થાપન બાદ કે સ્ત્રી સંબંધ વખતે ઉત્થાપન કમી થયા બાદ કે વીર્યપતન પછી જ પુરુષ પિશાબ કરી શકે છે. અને વધુ પિશાબને રોકવાને અંગે ઉદ્દીપન વધુ થાય, એ ભાવનાએ પિશાબના અતિ રોકાણ ક્યાં બાદ પત્ની સંયોગ સાધ્યો. અને વધતી જતી પિશાબને અંગે અને ઉદ્દીપનથી રોકાણને અંગે, મૂત્રાશય અને વીર્ય નળી બન્ને તૂટી ગયાં અને તરતજ તે પુરુષ મરણ પામ્યો. આ ઉપરથી એટલું સમજાશે કે પિશાબનું રોકાણ ઉદ્દીપન કરે છે; પરંતુ રોકાણની અતિશયતા

જરા પણ થવા દેવી નહિ. સવારે ઉઠતાં ઉઠીપન પતિ પત્ની બંને હોય છતાં જે પિશાબનું રોકાણ જોરદાર હોય તો થોડે અંશે પિશાબને રસ્તો આપવો દરેક દ્રષ્ટિએ સારો છે. તે ઉપરાંત સાધારણ રીતે તંદુરસ્ત સ્ત્રી પુરુષ કે જેને ઉઠીપન કુદરતી રીતે જ થતું હોય તેને રોકવાથી ઉઠીપન લાવી કામ સંતોષવાની જરૂર નથી. પિશાબનું રોકાણ મૂત્રાશય, યુરેથ્રા અને પ્રોસ્ટેટમાં સ્ત્રી પુરુષ બંનેને નુકશાન કરે છે. પિશાબના વારંવારના રોકાણથી પથરીનો પણ સંભવ રહે છે.

સ્ત્રીની યુરેથ્રાની નળી પુરુષ કરતાં વધુ પડતી નાની હોય છે. અને પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી સ્ત્રીમાં આમ માલમ પડતી નથી. પરંતુ મૂત્રદ્વારની ઉપર નાની એક ગ્રંથી છે. જેને સ્ત્રીની પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી તરિકે ઓળખવામાં આવે છે. આ ગ્રંથી પુરુષની ગ્રંથી જેવું કામ કે તેવો ત્રાસ સ્ત્રીને આપતી નથી. અને તેને સ્ત્રીની યુરેથ્રા સાથે થોડો સંબંધ છે.

૬૮. સવાલ : કહેવાય છે કે છોકરી કે સ્ત્રીને પથરીનો રોગ થાય નહિ. મારી જાણની એક યુવતીને પથરીનો રોગ છે. મારો મિત્ર છે કે X-Ray Photograph પણ કઢાવ્યો હતો અને તેમાં પણ તે જ માલમ પડ્યું છે. કાંઈક પાતળી લાકડી જેવું છે. તેની આસપાસ રજકણો બાઝી પથરી જેવું મોટું થઈ ગયું છે. તે યુવતીને અતિશય બેચેની રહે છે. સંબંધ વખતે દર્દ થાય છે. કાંઈ એપી રોગ તો નથીને ?

જવાબ : એપી રોગ નથી જ. પથરી છે એ ચોક્કસ. કાંઈ સારી નવા સાધનવાળી હોસ્પિટલમાં સારા અનુભવી ડોક્ટર પાસે ઓપરેશન એકદમ જલદી કરાવી નાંખો. નહિ તો વધુ ત્રાસ થશે. આમ ને આમ ચાલુ રાખશો નહિ. તમારા મિત્રને કહેજો કે પોતાની વાસના સાફ રોગી સ્ત્રીને ત્રાસ આપવો મનુષ્યપણું નથી. તરત સારવાર નહિ થાય તો થોડા વખતમાં તેને અતિશય દર્દ ઉપડશે. કદાચ પિશાબ થોડો બંધ પણ થઈ જાય અને સંબંધ અશક્ય પણ થઈ પડે. પુરુષ પણ પથરીના રોગની આગળ પડતી અવસ્થાએ સંબંધ કરી શકતો નથી અને પ્રયત્ન કરવા જતાં તે અધુરો મૂકવો પડે છે અને રોગના સંજ્ઞાને

અંગે કાકીઆરી સાથે તે પાછો પડે છે. વીર્યપાત સમયે પણ થોડી ઘણી વેદના થાય છે. પથરીની શરૂઆતમાં ભાગ્યે કાંઈ ખબર પડે છે પરંતુ જેમ જેમ તેનો વધારો થતો જાય છે તેમ તેમ વેદના વધતી જાય છે અને જતે દિવસે ભયંકર અસ્વસ્થતા આવે છે. આવા પથરીના રોગીને મૂત્રવિસર્જન બરાબર થતું નથી. ધીમે ધીમે થાય છે. રોગ વધતાં ટીપે ટીપે થાય છે અને તે વખતે અસહ્ય વેદના થાય છે.

સ્ત્રીને સ્વાભાવિક રીતે પથરી થતી નથી. ઘણી સ્ત્રીઓ (જેને આપણે સુધરેલી કહીએ છીએ તે પણ) કાળી માટી, કાલસો, ખડી વગેરે થોડે ઘણે અંશે ખાય છે. કાંઈ કાંઈ સ્ત્રીઓ જમીને ખડીના એક બે ટુકડા ખાય છે. આવી સ્ત્રીઓને ખાસ ચેતવાનું છે કે રેતાળ માટી કે ખડી કાંઈ દિવસ ખાવી નહિ. નહિ તો પેટમાં તે જમી જવા સંભવ છે. આથી આંતરડા વગેરેને ત્રાસ થાય છે. સ્ત્રીની ચુરેશ પુરુષ કરતાં લંબાઈમાં નાની અને વધુ પહોળી હોવાને અંગે તેમાં રેતી કે માટીનાં રજકણો સાધારણ રીતે ટકી શકતાં નથી. અને પિશાબના ધસારા સાથે બહાર નીકળી જાય છે. આ કારણને અંગે સ્ત્રીને મૂત્રાશયનો રોગ ભાગ્યેજ થાય છે. પરંતુ ન જ થાય તેવું નથી.

આ રોગની બાબતમાં એકદમ બચપણમાં પિશાબની ક્રિયા તરફ બાળકો અને બાળકીઓનું ધ્યાન સરખું રહે છે. ૮, ૧૦, કે ૧૨ વર્ષની વય થતાં બાલક (છોકરો) તે તરફ ધીમે ધીમે ઘણું ભાગે દુર્લક્ષ કરતો જાય છે પરંતુ છોકરીનું ધ્યાન યોનિ અને મૂત્રાશયની ક્રિયા તરફ જાણતાં અજાણતાં આગળ જતાં પણ રોકાયેલું રહે છે. ઘણી ખરી સ્ત્રીઓને (કન્યા, યુવતી કે પ્રાણ) ખબર હોતી નથી કે મૂત્રમાર્ગ અને યોનિ માર્ગ તદ્દન જુદા છે અને પુરુષની માફક વીર્યમાર્ગ અને મૂત્રમાર્ગ એકત્ર છે એવું કાંઈ નથી. યોનિ માર્ગથી અડધો કે વધુમાં વધુ એક ઇંચ અંતરે યોનિમાર્ગની ઉપર મૂત્રનલિકાનું છિદ્ર હોય છે. આ જ અંગે સુવાવડ વગેરે વખતે ત્રાસ થતાં ય થોડે ઘણે અંશે પિશાબ થાય છે. અને ગરમ પાણીની બાટલી કે શેકથી વધુ પ્રમાણમાં થાય છે. આ મૂત્રમાર્ગનું છિદ્ર યોનીની અંદરના ભાગમાં પરંતુ યોની માર્ગની બહાર ઉપરથી સમાંતરે હોવાથી અને યોનીમાર્ગ અંદરથી

હજેલો હોવાથી પિશાબનાં કેટલાક ટીપાં કે થોડો પ્રવાહી અનાયાસે યોનીમાર્ગમાં જાય છે. અને આમ સ્ત્રીના ભાગમાં દરેક જાતના રોગી કે બીન રોગી પ્રવાહ (પ્રદર, લોહીવા, માસિકસ્રાવ, પિશાબ ચાંદી ઇ.) ગ્રંથીસ્રાવ રહેવાથી તે ભાગ હંમેશા બીનો રહે છે.

ખાસ કરીને બાળપણમાં કે ઉગતી યુવાનીમાં આ બે માર્ગની બિન્નતા માલમ ન હોવાને અંગે જો બાળકીઓ પોતાની પેન, પેન્સીલ કે માથાની પીનથી ગુપ્ત ભાગો જોડે રમત કરે તો યોનિમાર્ગ છોડી ઉપરના મૂત્રમાર્ગમાં તે મૂકાઈ જવા સંભવ રહે છે. અને પિશાબના વહન અને એકત્ર થવાને અંગે બાળપણમાં અને અપકવ યુવાનીમાં વધુ આનંદ આવે છે. ઘણે ભાગે તો આ પેન કે પેન્સીલ કે હેરપીન યોનિમાર્ગ તરફ વળે છે. પરંતુ સાધારણ રીતે કન્યામાં યોનિમાર્ગના વિસ્તારને અંગે ત્યાં અટકી જવા સંભવ નથી. ત્યાંથી જલદી નીકળી શકે છે. હા ક્યારે કે જ્યારે કુમારિકાને પડદો સખ્ત હોય ને પડદો તોડીને તે વસ્તુ અંદર જાય અને તૂટી જાય તો શરમ છોડીને કહ્યા સિવાય છુટકો રહેતો નથી. પરંતુ સાધારણ રીતે પડદો નરમ હોય છે અને રોજના દબાણથી તે તદન ખસી જાય છે. પણ તે અટકવું મુશ્કેલ છે. યુવતી થયા પછી તેમને જો વિકાર ચાલુ રહે તો ગર્ભાશયનું મુખ (કમળમુખ) આનંદના ભારમાં ઉઘડતાં તે વસ્તુને અંદર ખેંચે છે અને જો હાથમાંથી છુટી તે ગર્ભાશયમાં ચાલી જાય તો ગર્ભાશયમાં તે અટકી પડે છે અને ગર્ભાશય પછી બીડાય છે. આનો ઓપરેશન સિવાય ઇલાજ નથી. કામવાસનાના આનંદ વખતે પુખ્ત વયની કુમારિકા કે સ્ત્રીનેજ ગર્ભાશય ઉઘડવાનો ભય રહે છે. નાની કન્યાને નહિ.

આ યુવતી બાળપણમાં તેની નાની વયમાં આવી કાંઈક કુટેવ હોવી જોઈએ. પેનનો નાનો ટુકડો લઈ તે મૂત્રમાર્ગ (યોનિમાર્ગ નહિ) જોડે રમત કરતી હોવી જોઈએ. આ ટુકડો હાથમાંથી છુટી ગયો એટલે તે મૂત્રમાર્ગ (નાનો અને પ્રમાણમાં પહોળો હોવાને અંગે) મારફતે મૂત્રાશયમાં ચાલ્યો ગયો. શરૂઆતમાં કાંઈ ત્રાસ થયો નહિ હોય પરંતુ વખત જતાં તે પેનના ટુકડાની આસપાસ પિશાબનાં તત્વો (ખારાશનાં) ધીમે વિટળાતાં ગયાં અને આમ પેનની આબુબાબુ એક પથરી જેવું થતું ગયું.

આનો ઓપરેશન સિવાય કાંઈ ઈલાજ નથી. હા જો પથરી નાની હોય અગર શરૂઆતમાં જ કે થોડા સમય બાદ ખબર આપી હોય તો મૂત્રમાર્ગનો ભાગ ડોક્ટર યંત્રથી સહજ પહોંચા કરી તે કાઢી શકે છે. પુરુષની યુરેથ્રા લાંબી અને સાંકડી હોવાને અંગે આ શક્ય નથી. અને તે અંગે પુરુષનેજ પથરી વધારે થાય છે. સ્ત્રી કે પુરુષના આવા ઓપરેશનમાં એટલું ખાસ ધ્યાનમાં રાખવાનું કે યુરેથ્રાની નળીને જરા પણ ઇજા ન થાય કે તેની સ્થિતિસ્થાપકતા ચાલી ન જાય. નહિ તો પછી કાયમ પિશાબ ટપકયા કરે છે. કપડાં બગડતાં રહે છે અને ત્રાસ થાય છે. બહારનું કામકાજ કરવું પણ મુશ્કેલ થઈ પડે છે. એવી રોગ જો આ નળીમાં થાય તો તેની સારવાર બરાબર ન થાય તો પણ આવો સંભવ રહે.

કાંઈ કાંઈવાર એવું બને છે કે ઘરની કે બહારની અન્ય સ્ત્રીઓ નાની નાની કન્યાઓને આવી ખરાબ રમત રમવાનું શીખવે છે અને આ નૈસર્ગિક આનંદના ભાગો હોવાથી તેમાં તેમને આનંદ પડે છે. પછી આ ખરાબ ટેવ છુટતી નથી. અગર મુશ્કેલીએ છુટે છે. સારી દેખરેખ બાળકો અને બાલિકાઓ પર હોય તો આવી ટેવ પડવાનો સંભવ ઓછો રહે છે. તમારી મિત્ર પત્નીનો રોગ આનેજ આભારી છે. તરત ઓપરેશન અને ત્યારબાદ બે મહિના બ્રહ્મચર્યની જરૂર છે.

જગતનાં પ્રાણી અને મનુષ્યના ઘણા ખરા રોગો અનિયમિત જીવન, કુટેવો, ખરાબ ટેસ્ટદાર ખોરાક અને ખરાબ હવાને આભારી છે. આ બધું યોગ્ય કાળજીથી નિવારી શકાય તો રોગ દૂર થાય.

૬૯. સવાલ : પથરી કેવી રીતે થાય છે અને ખાસ કરીને કયા દેશોમાં વધુ થાય છે

જવાબ : સાધારણ રીતે પથરી શરીરની બપોલોમાં અને ખાસ કરીને જ્યાંથી અન્ન અને પાણી પસાર થાય છે તેવા શરીરના ભાગોમાં તે થાય છે. Kidneys, Urinary bladder.

મૂત્રાશયની પથરી મૂત્રાશયથી માંડી માર્ગમાં વધતા ઓછા પ્રમાણમાં ગમે ત્યાં થવાનો સંભવ રહે છે. ઘણે ભાગે વૃદ્ધાવસ્થામાં

જ્યારે પેટના અને મૂત્રાશયના સ્નાયુઓ નરમ (Weak) થઈ ગયા હોય છે, ત્યારે વધારે થાય છે. કારણ કે સ્નાયુઓની કમતાકાતને અંગે નીચેનો કચરો જોરથી સાફ થતો નથી કે સ્નાયુઓ તેને જોર કરી કાઢતા નથી. ઠંડા પ્રદેશ કરતાં ગરમ પ્રદેશમાં પથરીનો રોગ વધુ થાય છે. જો કે થોડે વધતે અંશે તે બધેજ ઠેકાણે અને બધીજ અવસ્થામાં માલમ પડે છે. પાણી અને ખોરાકની કાંઈ કસરને અંગે પણ તે થવાનો સંભવ રહે છે. માટી ચોંટલા પદાર્થ કે તેવું ડહોળું પાણી અને તે મુખ્ય કારણ હોય છે. ખાસ કરીને મૂત્રનો પ્રવાહ જેથી પુરો કે થોડો વચ્ચે અટકે તે પથરી શરૂ કરવાને કારણભૂત બને છે અને ત્યાંથી શરૂ આત થાય છે. લાંબો વખત વેગવંતો પિશાબ બળજબરીથી મૂત્રાશયમાં રહેવા દેવાથી પણ પથરીનો સંભવ રહે છે. કારણ કે પિશાબમાંનાં ભારે તત્વો નીચે બેસતાં જાય છે. જેને વારંવાર પિશાબ રોકવાની ટેવ હોય છે તેને પથરી થવાનો સંભવ રહે છે. મૂત્રાશય (Bladder કે Kidneys) માં કંઈ ધા કે સુઝથી પણ અમુક ભાગમાં ધા કે સુઝને અંગે ત્યાં પિશાબના ભારી પદાર્થો જમા થવા માંડે છે. અને પથરીનો ભય ઉભો રહે છે. તો તેવે વખતે તાબડોતોબ સારવાર કરવી. યુરેથ્રા મારફતે નળી પસાર કરી ઇલેક્ટ્રીક કરન્ટ કે sound (અવાજ)થી આ ઠીક થઈ શકે છે stricture માટે પણ આનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

પથરી શરૂઆતમાં વધે અને તેને અંગે બેચેની માલમ પડે તો પુષ્કળ સ્વચ્છ પાણી રોજ બને તેટલું પીવું અને વારંવાર પિશાબ કરવા જવું. આથી શરૂઆતનો રોગ નાશ થાય છે.

૭૦. સવ.લ : મૂત્રકચ્છ માટે વૈદકનો શું ઉપાય છે? તેની પીડા-શળ વગેરે માટે શું કરવું?

જવાબ : બેન! તમારો આખો પત્ર માત્ર -મેં બે લીટીમાં સમાવી દીધો છે. તમારા પતિને તે પીડા છે. તો પહેલું તો નિસર્ગનો જેટલો લાભ લેવાય એટલો લ્યો. સારી હવા, સ્વચ્છ ખોરાક, (દરેક અનાજ બરાબર વીણવું) જોઈએ. કચરો કસ્ટર કાઢી નાખવું. શાકભાજી કે

ફળફળાદિ પણ બરાબર પાણીથી ઘોષ નાંખવાં. આધણુ મૂકતા પહેલાં અનાજ પણ બરાબર ઘોષ નાંખવું. નવી ઘંટી કે ગીરણીએ લોટ દળવો નહિ કે દળાવવા દેવો નહિ. તેવો લોટ સ્ત્રીઓ ખાય તો વાંધો નહિ, એમાં પણ હું સહમત નથી. પેટમાં હોજરીની નીચે એવી સખત કણો ધણીવાર એંક જમાવી દે છે. સુકો મેવો કે એવું કાંઈ લો તો તે પણ સાફ કરવું. પાણી સ્વચ્છ બરાબર ગાળવું. નિર્મળી કે ફટકડીનો નાનો ટુકડો નાંખવાથી પાણીનો કચરો નીચે બેસી જાય છે. અને પછી ઉપરનું પાણી નિતારી લેવું. પાણી ગરમ કરવાથી પણ તે થાય છે, પરંતુ પાણીનું પોષક તત્વ અને મીઠાશ મારી જાય છે. રોગચાળા વખતેજ ગરમ પાણીનો વધુ ઉપયોગ થાય છે. ડહોળું કે નેવા પરથી લીધેલું તરતનું વરસાદનું પાણી ન પીવું. કાષ્ઠપણુ અનાજ કે પીવાની વસ્તુ ખુલ્લી ન રાખવી. એના પર ધૂળ અને જંતુ બેસે છે. દરેક ખોરાક ઢાંકિલો રાખવો. શીતળ ખોરાક સારો નહિંજ. બે વાર નવો ખોરાક ન થાય તે હું માની શકું; પરંતુ સવારનું જ ખાવાનું સાંજે જરૂર સઘડી કે સ્ટવપર ઉનું તો કરી શકાય અને બ્રહ્મચર્યની ખાસ જરૂર છે. શરૂઆતનો મૂત્રકચ્છ (cystitis) બને તેટલું વધારે સ્વચ્છ પાણી પીવાથી મટશે. રેતાળ નદીનું કે માટીવાળું પાણી ન લેવું. હલકું પાણી પસંદ કરવા જેવું છે. ન મળે તો ઉપર પ્રમાણે કરો. મળસ્કે નીરો એકથી માંડી ત્રણ શેર (કાચો) પીવો. નીરાનું પ્રમાણ ધીમે ધીમે વધારવું. સ્વાદ માટે એમા મસાલો નાંખી શકાય છે. એનાથી પિશાબ પુષ્કળ થશે અને પથરી ઓગળવા માંડશે. જેડે પૈયાં કે જાંબુ ખાવાનાં રાખો તો સાફ. નીરો તાજેજ પીવો. અને બને તો ઝાડ આગળ જમીનેજ લેવો. તેવી વ્યવસ્થા તાડીનો મકતેદાર કરી આપશે. અને તે સસ્તું પણ પડશે. પરંતુ રોગ મટી ગયા પછી વારંવાર ન લેવો. બીરનું (Beer) એક કે અડધું ગ્લાસ બપોરે કે સાંજે કે રાત્રે, બને તો લેવું. બીર એ જરૂર દારૂ છે, પણ ઘણા હલકા દરજ્જાનો, માફક, સ્વચ્છ અને તાડી કરતાં ઘણો સારો. પરંતુ બીર લેનારે તેની ટેવ ન પડે એ ખાસ ધ્યાન રાખવું. બીરથી પિશાબ નીરાની માફક છુટથી થાય છે. આ ઉપરાંત મેં આગળ જણાવ્યું છે તે બધું

બરાબર વાંચી જવ. પિશાબનું રોધન (રોકાણ) કરવાની ટેવ ધણી ખરાબ. મળ અને મૂત્ર બેનું રોકાણ શરીરને ધણું નુકસાનકારક છે. આંતરડાં પણ બરાબર સાફ રાખવાં, અંધકોષ થવા ન દેવો. અંધકોષ મૂત્રાશય પર પણ અસર કરે છે. જાતીય સંબંધ વખતે અંધકોષ થવા ન દેવો.

આ મુત્રરોધન અને અંધકોષની કુટેવ સ્ત્રી અને પુરુષ બન્નેમાં હોય છે જે અનિચ્છનીય છે. મુત્રરોધનથી પથરી થાય છે તે મેં આગળ જણાવ્યું છે. પથરીના રોગીને વારંવાર પિશાબ કરવાની ઇચ્છા થાય છે અને પિશાબ વખતે અતિ ત્રાસ થાય છે. પિશાબ સાથે રક્ત અને પૃષ્ઠ નીકળે તો સ્થિતિ બચંકર જાણવી. તરતજ સારી ડોક્ટરી કે વૈદ્યકાય સારવાર લેવી. આ વખતે ઓપરેશન કરવાની જરૂર છે કારણ કે જડ અને અંધાર્ધ ગયેલી પથરી ઓગળાવી ધણી મુશ્કેલ છે. શરૂઆતમાં જ થોડા સમય દરમિયાન તે કણો છુટી પડે-ત્યાર બાદ નહિ, સ્ત્રીને યુરેથ્રાનો ભાગ મોટો હોવાથી ડોક્ટરી ઓળખથી તે ભાગ પહોંચા કરી નાની પથરી હોય તો કાઢી શકાય છે. મોટી નહિ. પુરૂષને આવા સાધનો કામમાં આવતાં નથી. મૂત્રાશયને યંત્રથી જોઈ પથરીની જગ્યા નક્કી થઈ શકે છે. પરંતુ તેના અંદરને અંદર ઓળખથી બરાબર ટુકડા કરવામાં કે ઇન્જેક્શન આપી બારીક ટુકડા કરવામાં સારા સરજનની જરૂર છે. પથરી મોટી હોય તો ઓપરેશન કરવું પડે છે. મૂત્રાશયનું ઓપરેશન જોખમકારક છે તે ધ્યાન રાખવું અને તેવા રોગના નિબળાત સરજન પાસેજ જવું. પિશાબમાં રક્ત અને પૃષ્ઠ કે બળતરા એપી રોગ કે યુરેથ્રા કે પ્રોસ્ટેટમાંના જખમના કારણે ન હોય તે પહેલી તપાસ કરવી. એપી રોગ વિષયે આ પહેલાં મેં ધણું જણાવ્યું છે.

જેનું રક્ત જાડું હોય અને ચપળતા કમી હોય તેને વધુ પાણી પીવાથી ફાયદો થાય છે. બાકી વિના કારણ વધુ પાણી પીવાની જરૂર નથી. પ્રમેહ (Diabetis) વાળાને પણ વધુ પિશાબ થાય છે અને ઇચ્છા રહે છે, જે કે તેને દર્દ થતું નથી તે ધ્યાનમાં રાખવું. શરદ અને ચોમાસામાં પણ પિશાબ વધુ થાય છે.

આ ઉપરાંત પિશાબમાં અમુક જાતનાં તત્વો વધારે હોય તો વારંવાર પિશાબની ઈચ્છા થાય છે, આ તત્વો મુત્રાશયમાં નીચે બેસતાં જાય છે અને પથરીનો રોગ થાય છે. આવા રોગીઓએ પાણી, નીરો કે ખીરનો ઉપયોગ કરવો. આથી તમારા પતિને જરૂર ફાયદો થશે. થોડા ધણા અનુભવી ડોક્ટરની કે ઘની સલાહ ઉપયોગી થઈ પડશે. આનાથી ન મટે તો યંત્રથી મુત્રાશય તપાસાવી મુત્રાશયમાં પથરીના ટુકડા કરાવી તેને બહાર નીકળી જવા દો. જરા ત્રાસ અને ખર્ચ તો થશે જ પરંતુ તે હમણાં કરવો સારો છે. આગળ જતાં બન્ને વધી જશે.

મુત્રકચ્છમાં વૈદકીય ઉપાય નીચે પ્રમાણે છે. ઉપર અને આગળ જણાવેલા નૈસર્ગિક ઉપાયો અને સ્વચ્છતા અહિં પણ લાગુ પડે છે.

આપણું ભોજન જે ઘી કે તેલ નાંખીને રંધાય છે. તે ધણું જરૂરનું છે. ઉપરથી ભાતમાં ઘી નાખવાની પ્રથા ધણી સારી છે. જેથી ભાત કે અનાજમાં કસ્તર હોય તો તે ઉપરની ચિકાશને અંગે મળ વાટે જલદીથી નીકળી જાય છે. કેટલાક ખોટા ડોળ માટે કે ટેવને અંગે ભાતમાં ઘી નાખતા નથી કે કસર કરે છે, તે વખાણવા લાયક નથી. પદાર્થ લુપ્તા ખાવા નહિ. અતિશય મહેનત, તીક્ષ્ણ, ઔષધ, દારૂ, પીઠે બહુ વજન ઉંચકવું, માંસ ખાસ કરીને માછલીનું ભોજન, અતિભોજન, અજીર્ણ અને મળરોધન વિગેરે મુત્રકચ્છનાં કારણો છે.

મુત્રકચ્છ આઠ જાતના વૈદક જણાવે છે:

(૧) વાત મુત્રકચ્છ (વાયુને અંગે) (૨) પિત્ત મુત્રકચ્છ (૩) કફ મુત્રકચ્છ (૪) ત્રિદોષ મુત્ર કચ્છ (૫) વાત મુત્રકચ્છ પ્રકાર બે [કાષ્ઠ વાગવાથી પિશાબ બંધ થાય તેના લક્ષણવાળું મુત્રકચ્છ હોય છે.] (૬) વિટ મુત્રકચ્છ [ઝાડો રોકવાથી પિશાબ રોકાય અને પેટ ચઢીને વાત શુભ થાય છે.] (૭) શુક્ર મુત્રકચ્છ. [વીર્યદોષ કે વારંવાર વીર્યનું સંબંધ કે કુટેવ વખતે રોકાણ કરવાથી વીર્ય વચ્ચે અટકી તે પથરી માફક બાઝવા માંડે છે. ને યુરેથ્રા મુત્રનળી કે વીર્યાશયમાં બાઝી ત્રાસ આપે છે. આ અંગે તે ટેવ પુરી આવડત સિવાય ન પાડવી એજ સારું

છે. અને સંબંધ બાદ સ્ત્રી પુરુષ બંનેએ પિશાબ કરી નાખવો અને ભાગે સાફ કરવા આથી વીર્ય પથરી અને અસ્વચ્છતાનો ભય રહેતો નથી. અને ગર્ભધારણનો સંભવ ઓછો રહે છે.]

(૮) અશ્મરી મૂત્રકચ્છ. (પથરી બાઝવાને અંગે પિશાબનું રોકાણ) આમાં છાતીમાં પીડા, કંપ, કુખોમાં શૂળ, અગ્નિમાં ઘ વગેરે ચિન્હો વધુ પ્રમાણમાં રહે છે.

(૧) દર્ભ, કાસ, ગોખરૂ, આમળાં, ગરમાળો, પાષાણુ ભેદ, ધમાસો એનું ચુર્ણ કપડછાણ કરી સરખે ભાગે ગોળમાં લેવું.

(૨) એલચી, પાષાણુભેદ, શિલાજીત્, પીપરનું ચુર્ણ કરી ગોળમાં લેવું. સમાન વજન કરવું. સાથે ચોખાનું ધોવરામણ પીવાથી ફાયદો થશે.

(૩) અરકુસી, એલચી, જેઠીમધ, પાષાણુભેદ, પીપર, પિત્તપાપડો, એખરો, દીવેલાનું મૂળ, એનો ઉકાળો કરી (સરખે ભાગે લઘ) શિલાજીતનું ચુર્ણ ચાર માસ નાંખી પીવું.

જો દાહ (બળતરા) પીડા અને ઐટકાવ વધુ હોય તો:—

(૪) પાષાણુભેદ, હરડે, ધમાસો, ગરમાળો ગોખરૂ એનો ઉપર પ્રમાણે ઉકાળો કરી મધમાં લેવો.

(૫) આકડાનો ખાર અથવા તેને બદલે સુરોખાર જે તોલા સાકર સાથે પીવાથી ઉબ્બવાયુ, પિત્તરોગ અને મુત્રકચ્છ મટે છે.

(૬) હરડાં, બેહડાં, આંબળા, કાકડીનાં બીજ અને સિંધવ સમાન ભાગે લઘ ચુર્ણ કરી ઊના પાણી સાથે ખાવાથી મૂત્રરોધ મટે છે.

(૭) સાકર અને જવખાર ગાયત્રી છાશમાં નાંખીને પીવાથી ઉબ્બવાયુ તથા પથરી મટે છે.

જ્યાં ચુર્ણ કરવાનું કહ્યું છે ત્યાં બારીક કપડછાણે ચુર્ણ કરવું. ઉકાળામાં સાફ કંકડાથી દવા ગાળવી અને સમાન ભાગે સારા વૈદને પૂછી દવા લેવી. સારો વૈદ એ દવા અને તેની રીત વગેરે બતાવશે. રોગીએ રોગની હકીકત કહેવામાં કદી શરમાવું કે છુપાવવું નહિ. નહિ તો તેનેજ આગળ જતાં વધુ સહન કરવું પડશે.

ઘી માટે-સ્વચ્છ અને નિર્ભેળ ઘી વધુ પૌષ્ટિક અને સ્નિગ્ધ છે. ભેળવાળું ઘી સાફ નહિ. જનતાએ સખત હીલચાલ ઉપાડી ઘી અને દુધનો ભેળ બંધ કરાવવો જોઈએ. તેના પર સખત નિયંત્રણની જરૂર છે. સારી જનતાનો સ્વાસ્થ્યનો નાશ થવા દેખાય નહિ. વનસ્પતિ તેલની જાહેરાતો પણ બંધ થવી જોઈએ.

૭૧ સવાલ : એક...બાનું જણાવે છે કે તેમની પ્રસુતિ બાદ કાયમ મુત્રસ્ત્રાવ થયા કરે છે તેથી તે જીવનથી કંટાળી ગયા છે, વધુમાં તે જણાવે છે કે, તેમને ગુપ્તભાગ ઉધ્વડતાં અંદર બે મોટા માર્ગો જણાય છે. પોતાની કુમારિકા વયની કુટેવ તે કબુલ કરે છે. યુરોપીયન સ્ત્રીઓ માફક ઉભા મુત્રવિસર્જન કેમ ન થાય ?

જવાબ : તમારે કોઈ સારા અને બીનલોભી સરજન પાસે તરતજ જવું જોઈએ, અને સ્નાયુબંધન બરાબર ટાંકા મરાવી કરાવવું જોઈએ. આ નાજુક ઓપરેશન છે; પરંતુ જીવંતીને જોખમકારક નથી. પિશાબના કાયમ વહેવાને અંગે અને યોનિમાર્ગને બદલે તમે યુરેથ્રામાં કાંઈ કાંઈ સાધનો નાંખી કુમારિકા વયમાં વાસના શાંતિ કરેલી હોવાથી તેની સ્થિતિસ્થાપકતા પણ થોડે ઘણે અંશે કમી થઈ ગઈ હશે જ. ઓપરેશનથી નાજુકતા વધી જાય છે, પરંતુ ફેર તો પડે જ. આ ઉપરાંત મારો અંદાજ છે કે હસ્તદોષથી યુરેથ્રા (મૂત્રમાર્ગ) વિસ્તૃત થઈ ગઈ હોવાથી સંભવે છે કે કોઈવાર ભૂલથી તમારા પતિનો સંબંધ તે માર્ગમા (યુરેથ્રા) થયો હોવો જોઈએ-તેને અંગે પરિસ્થિતિ વધુ વિષમ થતી ગઈ. ત્યારબાદ તમને પ્રસવ થયો. યુરેથ્રાની નળી પહોળી અને ઢીલી થઈ જવાથી, ડોક્ટરના કંઈ હથિયાર કે બાળકનો પગ કે કાંઈ લાગનો તે ઢીલી નસમાં ધકકો લાગ્યો અને તે સંકોચન નસના જંથામાંનો ભાગ તૂટી ગયો. અને ધીમે ધીમે અસર વધતી ગઈ. આ ભૂલ દૂર કરવાની જરૂર છે અને બને તો જોડે ઉપરથી યુરેથ્રાના ભાગને ટાંકા મારી ન્હાનો કરી નાખવાની જરૂર છે. આ અંગે કેટલાક મહિના તમારે અને તમારા પતિને સંયમ પાળવાની જરૂર છે.

તમે ઘણી મોટી વયે લગ્ન કર્યાં અને હસ્તદોષ અને માનસિક

આઘાત બનેએ તમારી ખરાબી કરી. તમારી કામમાં મોટી વયે લમ થાય છે. એટલી મોટી વય કરવાની જરૂર નથી. તમે જીવનનો મુખ્ય-કાળ જવા દો છો. યૌવનની આશા તમારી સુકાતી જાય છે અને હસ્ત-દોષ જેવા ખરાબ માર્ગે તમે ચડો છો. જેનાથી ન રહી શકાય, સંયમ ન પાળી શકાય, તેમણે લગ્ન કરી નાંખવાં. દેખાદેખી વય વધારી જીવન ખરાબ કરી નાંખવાની જરૂર નથી. પાશ્ચાત્ય પ્રજાની વાંદર નકલ તમે ખરાબર કરશો તો તમારી જાતને ભારી થઈ પડશે અને તેનાં માઠાં ફળો દેખાય છે અને ભવિષ્યમાં વધુ દેખાશે. એક સારા હિન્દુ કે મુસલમાન કુટુંબનું બીન ખરચાળ અને પ્રેમી (બહાર-થી નહિ—ભીતરનો પ્રેમ) જીવન ગાળો.

કુટેવ કે ઢીલા સ્નાયુઓને અંગે યુરેથ્રામાં આમ પતિપત્નીના સંબંધ થતાં (પહેલાં તો માલમ ન પડે) પાછળથી ધણું સોષવું પડે છે. સ્ત્રીને જરૂર તે સંબંધે માલમ પડી જાય છે તો તેના પતિને કહેવાની જરૂર છે. નહિ કે તમે તે રસ્તે આનંદ લેવાની. આ તમારી ભૂલ છે. વધુમાં આગળ જણાવવા પ્રમાણે યોનિ માર્ગ અને મૂત્રમાર્ગ વચ્ચે ના થી ૧ ઇંચનો જ ફેર હોય છે. મૂત્ર માર્ગ (યુરેથ્રા) તેટલો ઉંચે હોય છે.

આ ઉપરથી તમારી પિશાબની ધાર પ્રસૂતિ પહેલાં ગમે તેમ પડવાનું કારણ પણ તે જ. એક તો યુરેથ્રા મોટી થઈ ગઈ અને બીજું લગ્ન થયાં. લગ્ન બાદ પિશાબની ધાર સ્ત્રીઓની સામે ન પડતાં નીચે પડે છે. કાયમના સંબંધથી યોનિમાર્ગ ઢલાણ લે છે અને યુરેથ્રાની નસો પણ. તમે બે ચાર વર્ષ પર વાંચેલા એક માણસના ધાર વિષયના વિચાર માટે લખો છો, પરંતુ તે તદ્દન ખોટા ખ્યાલ છે. આપણી મ્યુનિસિપાલીટી સ્ત્રીઓ માટે જુદી જાતની મુતરડી બાંધતી નથી, તે તેમની ગેરવ્યવસ્થાનું કારણ અને સ્ત્રીની તે અંગેની માંગણી નહિ તે બીજું કારણ છે. પરંતુ મુંબઈમાં તમે જુદા જુદા ઘાટની મુતરડી જોઈ હશે જ. ઉભા રહી સ્ત્રીઓને વિસર્જન કરવા માટે મુતરડીનો આગળનો ભાગ પાતળો, વચ્ચેથી ખાખોચિયા જેવો અને નીચે નમતો હોવો જોઈએ. નહિ તો સ્ત્રીઓના ગુપ્ત ભાગ બહારથી આમ ખુલ્લા

રહેવાથી તેને વધુ ચેપ લાગવાનો ભય રહે છે. મુતરડી સાફ ન રહે તો તે કરતાં ખુલ્લી જમીન કે ચોક સારો. આ બધું જોતાં સ્ત્રીએ આ બાબતમાં પુરુષનું ખોટું અનુકરણ નજ કરવું. પિશાબની ધાર શરીર પર ગમે તેમ પડતાં પગ અને કપડાં બન્ને ખરાબ થશે. અને ગુપ્ત ભાગ તે માટે સીધો કરવા જતાં એક જાતની કુટેવ, ઉપરાંત હાથ પંણુ ખરાબ થશે. આંધળીયું અનુકરણ કરવાનું છોડી દો અને તમારી ફરીયાદ માટે વિના વિલંબે ડોક્ટરની સારવાર લ્યો. અહ્યર્થની હમણાં સખ્ત જરૂર છે, તેનું ધ્યાન રાખજો.

૭૨ સવાલ : શીમોયુ (Shimoyu) ની પદ્ધતિથી સંતતિ નિયમન થઈ શકે નહિ ? તમારો મત જણાવવા મહેરબાની કરશો.

જવાબ : જગતમાં ઘણી જાતની જાતીય વિજ્ઞાનની નવીનતા છે અને તેમાંની આ એક છે. તમે જાપાનની ગેઈશા (જાપાનની સુસંસ્કૃત વેશ્યા અને નર્તિકા) પાસેથી તો માહિતી લઇ આવ્યાં નથી ને ? અગર જાપાન જવા પહેલાં માહિતી મેળવવી છે ? હમણાં જાપાન જવું પહેલાં જેટલું સહેલું નથી.

આમાં એક ખાસ જાતનો નરમ કાગળ જાપાનની વેશ્યા પોતાની આંગળીની આસપાસ વીંટાળે છે અને અને તે આંગળી કાગળ સાથે (Antiseptic Lotion) લીંબુ, પરમેંગેનેટ પોટાશ કે એવા કોઇ જંતુનાશક પ્રવાહીમાં બોળી (લોશન ન મળે તો હલકી વેશ્યાઓ તે વગર ચલાવી લે છે) પુરુષસંબંધ બાદ તે યોનિમાર્ગ આ કાગળ વીંટાળેલી આંગળીથી ચારે બાજુથી સાફ કરે છે. આથી બધું વીર્ય અંદરથી સાફ થઇ જાય છે; ઉપરાંત પુરુષનો ચેપ લાગતો નથી એવી માન્યતા છે.

કોઇપણ જાતના (Antiseptic Lotion) ના કુશ સિવાય ફક્ત આના પર આધાર રાખવો એ લગભગ વ્યર્થ જેવું છે. કાગળ પર લોશન લગાડ્યું હોય તો જરા ફેર પડે; પરંતુ જોઇએ તેવો નહિ જ. સંબંધ પહેલાં અને સંબંધ પછી લોશનના પાણીથી ગુપ્ત ભાગો સાફ કર્યાં હોય અને પછી આ કાગળનો ઉપયોગ કર્યો હોય તો વધારે

સારી અસર રહે. અગર વારંવાર તે પાણીમાં કાગળ બોળવો પડે. અને લોશન જલદ હોવું જોઈએ. હા, પરંતુ એટલું કહેવું પડશે કે પૂર્વના દેશની ગંદી અને પુવડ વેશ્યા કરતાં તેમની સુધડતા સારી છે. અહિં તો સંબંધ કર્યા બાદ પણ આળસને લીધે કે ખોટી થતા વાસનાના ગુલામોને સંતોષવા-તે વેશ્યાને પોતાના ભાગ ધોવા તરફ દુર્લક્ષ જ હોય છે. ફક્ત એક ને એક જ ગંદા કપડાંથી વારંવાર લુછતી જાય છે.

એટલું ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે વારંવાર થતા સંયોગથી ગુપ્ત રોગ ઉપરાંત ચોનિમાં લાંબે વખતે પથરી જેવું દેખાય છે.

વેશ્યાવાડો બંધ કરવો સરકારને અશક્ય થઈ પડે. પરંતુ ફરજિયાત શારીરિક તપાસ અને સુધડતા રખાવી શકે. આથી ચેપ વધતો ઘણો અટકે; પરંતુ કેને પડી છે? દરેક ખાતું સ્વાર્થ પાછળ એટલું આંધળું બની ગયું હોય છે કે ન પૂછો, વાત! કાગળના તુમારજ ફક્ત લખાય છે. કામ થોડું-નજીવું-જનતાની કેને પડી છે?

૭૩ સવાલ : સવારે ઉઠતાં પિશાબ કરતા મને સફેદ અને લાલાશવાળાં સાત આઠ ટીપાં પડે છે. બાદ થોડા ઘણા દર્દ સાથે પિશાબ થાય છે. બળતરા કોઈવાર થાય છે. પિશાબ થતાં વાર લાગે છે અને ઘણીવારે ધીમે ધીમે પુરો થાય છે. ડોક્ટર કહે છે કે પથરી નથી.

જવાબ : ડોક્ટરની સાથે હું પણ માની લઉં કે પથરી નથી. તો શું છે તેની તમે પુરેપુરી તપાસ કરી નથી. ગુપ્ત ભાગોના દર્દોના (Urologist) ખાસ ભરોસાલાયક ડોક્ટર પાસે જવ. પિશાબ કરતાં અને રક્ત સવારમાં જાય છે તો મારા ધારવા પ્રમાણે તમને યુરેથ્રા (પિશાબની નળી) નો સોજો હોવો જોઈએ. શરદી, અતિશય દારૂ, અતિઆહાર કે મરી મસાલાવાળા બહુ ખોરાક ખાવાથી સ્ત્રી પુરુષ બન્નેને આનો સંભવ રહે છે. સ્ત્રીની યુરેથ્રા નાની અને મોટી હોવાને અંગે તેને તો સંભવ જો કે ઓછો-પણ નહિ એમ નહિ. તમને ચાંદી, પ્રમેહ વિગેરે કાંઈ ગુપ્ત રોગ નથી એમ તમે જણાવો છો તો તેની પહેલાં ખાત્રી કરો. તેથી પણ આમ થાય છે અને યુરેથ્રામાં ચાંદા પડી

પછી યુરેથ્રા નળી સંકોચન (Stricture) થાય છે અને પછી સળી, કે ખાસ નળી (Sounds) સિવાય તે મટવું મુશ્કેલ છે. આ સળીઓ મૂત્રનળીમાં, નાંખતાં પુરુષને સ્ત્રી કરતાં અતિ ઘણો ત્રાસ થાય છે અને તે સળીથી પાછું કાંઈ નુકસાન ન થાય તે જોવું રહ્યું.

આગળ જતાં આવા રોગીને વારંવાર પિશાબ કરવાની ઇચ્છા થાય છે છતાં ફક્ત થોડાંજ ટીપાં અતિ ત્રાસ આપી પડે છે અને પછી તો સારવાર વગર પિશાબ અશક્ય થઈ પડે છે. તમને શરૂઆત-નોજ સોજો હોય તો બ્રહ્મચર્ય પાળો. એકાદ બે અપવાસ, સોડાવોટર અને દૂધ પીવાથી ઠીક થઈ જશે. આઠ દિવસમાં ન થાય તો તમને ડોક્ટરી સારવારની તરતજ જરૂર. Stricture વધુ ન જોઈતા તત્વવાળા પિશાબથી, કોઈ ઠેકાણે અંદરથી, યુરેથ્રાને નુકસાન થવાથી (ચાંદાં વગેરે) એપી રોગથી થાય છે. અને આ યુરેથ્રાનું સંકોચન બેમાલુમ રીતે ધીમે ધીમે વધે છે. પછી આગળ જતાં ઉપર પ્રમાણે પિશાબનો ત્રાસ થાય છે અને છેવટે સારવાર બરાબર ન હોય અગર સમજ્યા વગર દવા કરી હોય તો પિશાબ એકદમ બંધ થઈ જાય છે અને પેટ ચઢવા માંડે છે. તમને ફક્ત સોજો હશે તો ચાંદાં પડી સંકોચન (Stricture) થાય એવું નથી. વધુમાં કાંઈ રોગ હોય કે સહેજ ધા અંદર હોય તો Stricture નો સંભવ થશે. કારણ કે સહેજ ધા પડતાં કાયમ વહેતા પિશાબ કે એપને અંગે તે ધા વધતો જાય છે. યુરેથ્રાની ત્વચા અંદરથી ખેંચાય છે અને ત્રાસ થાય છે. ઠંડી કે શરદી, દાઝ વગેરેને અંગે થતો પિશાબનો ત્રાસ થોડા દિવસમાં સારવારથી મટે છે. આ વિષયે થાપા કુબે એટલા ગરમ પાણીમાં બેસવાનું જરૂરી છે. બ્રહ્મચર્યની જરૂર ખરી. સારા અનુભવી ડોક્ટરો યંત્રથી તપાસી નાની મોટી નળી એક પછી એક મુકી ઘણો આરામ આપી શકે છે. ખર્ચ વધુ થશે જ અગર ડોક્ટર લેશે જ.

ઘણું ભાગે અન્ય કારણો કરતાં ગંદા એપી રોગોને અંગે આ વધારે થાય છે. ખાસ કરીને વેશ્યાગામીને વધારે થાય છે. વેશ્યાગામી પુરુષ પથ્ય પોતાની પત્નીને રોગ આપે છે અને વારસામાં

બાળકોને. તમને નથી લાગતું કે સરકારે આ વિષયે કમીટીના રિપોર્ટો અને તુમારો કાઢવા ઉપરાંત ધણું વધારે કરવું જોઈએ ? તેમાં વધારે આપણો પોતાનોજ સ્વાર્થી વર્ગ જવાબદાર છે.

સ્ત્રીઓમાં પિશાબ બંધ થવાને એક વધુ કારણ રહે છે અને ગર્ભ વખતે. ગર્ભાશયના વધતા જતા બોળને અંગે મુત્રાશય અને તેની નળી પર દબાણ કરે છે, આમાં ધા કે Stricture ઓપરેશન સિવાય લાગ્યેજ થાય છે. ત્યાંનો ઓપરેશનનો ધા બરાબર ન રૂઝાયો હોય અને બરાબર કાળજી ન લીધી હોય તો Stricture નો થોડો ધણો ભય રહે છે. આ ગર્ભાશયના દબાણને અંગે સ્ત્રીને છેલ્લા એક બેજ મહિનામાં વારંવાર પિશાબે જવાની ઇચ્છા થાય છે. અને છેવટના દિવસમાં જો વધુ દબાણ હોય તો પિશાબ બંધ થાય છે. ગરમ પાણીમાં બેસવાથી ફાયદો થાય છે. અગર પછી સળીથી મુત્ર વિસર્જન કરાવવું પડે અને જો બહુ ત્રાસ થાય તો પ્રસુતિ ઇન્જકશનો આપી તરત કરાવી નાંખવી પડે છે. સ્ત્રી અને પુરુષોએ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે આવા પિશાબના રોગો ગંદા ચેપી રોગોને અંગેજ વધારે થાય છે બીજા કારણને અંગે નહિ જેવાજ.

૭૪ સવાલ : પુલ્લિંગની આગળની ત્વચા જેવી યોનિલિંગ આગળ ત્વચા હોય છે કે કેમ...અને આ ત્વચાથી શું ફાયદો કે નુકશાન ? અહિં પથરી થવાનો સંભવ ખરો કે ?

જવાબ : યોનિના ઉપરના ભાગમાં જ્યાંથી યોનિની શરૂઆત થાય છે ત્યાં તે ભાગની ઉપરથી (યોનિલિંગ) ત્વચાનું એક બીજું આવરણ હોય છે. આ આવરણ પુલ્લિંગના પ્રમાણમાં ધણું નાનું હોય છે. કાંઈક જ સ્ત્રીમાં તે વધુ બહાર પડતું હોય છે. આ આવરણની નીચેનો ભાગ clitoris સ્ત્રીમાં કામવાસના ઉત્કેરવામાં મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. હસ્તમૈથુન કે સંબંધ વખતે સ્ત્રી આ ભાગ પરના સ્પર્શથી ઉત્તેજના પામે છે. આ ત્વચા પુલ્લિંગની ઉપરની ત્વચાની માફક અંદરની બારિક ત્વચા અને ભાગનું રક્ષણ કરે છે. કે જેથી બહારની વસ્તુ કે વસ્ત્રોથી તે ભાગ પર વિના કારણ ઉત્કેરાટની અસર ન થાય. પુરુષની

માફક સ્ત્રીઓએ પણ આ ત્વચા સહજ ઉપર ખેંચી તેની નીચે બેગો થતો સફેદ સ્ત્રાવ સાફ કરવાની જરૂર છે.

કેટલીક જંગલી પ્રજામાં સ્ત્રીના આ યોનિની ઉપરની ત્વચા કાપી નાંખવામાં આવે છે. કોઈ પ્રજા યોનિઓષ્ઠ કાપે છે અને કોઈ જંગલી પ્રજા તે યોનિઓષ્ઠ નાની વયે કાપી સીવી લે છે અને લગ્ન વખતે જ તે પાછી શસ્ત્ર ક્રિયા કરી ખોલવામાં આવે છે. સ્ત્રી કે પુરુષ કોઈમાં પણ (ધાર્મિક રિવાજો બાદ કરતાં) આ ત્વચા કાપવાનો હું કાંઈ ખાસ અર્થ જોતો નથી. હા, ક્યારે કે ત્વચા ઝેંહાંટી ગઈ હોય કે જતી હોય અગર ઉપર ચઢી ન શકતી હોય તો ડોક્ટર પાસે કપાવવી જોઈએ અને પંદર વીસ દિવસે તેની ખાસ સારવાર કરવી જોઈએ. ધા ચેપી (Septic) ન થવો જોઈએ. ત્યાર બાદ સ્વચ્છ વેસેલીન ઓરિક મલમ લગાડી ઉપર લેપ લગાડવું, બાળકો ખજવાળે નહિ તેની કાળજી રાખવી. પુરુષે ઉશ્કેરાટથી દૂર રહેવું. લિંગની ઉપરની આ ત્વચા કાપી નાંખવાથી સ્વચ્છતા રહે છે તે કબૂલ છે પરંતુ તે સાથે તેને કાંઈ લાગવાનો ભય રહે છે. કેટલાક લેખકોના મત પ્રમાણે ચેપ લાગવાનો ભય ધણો ઓછો થાય છે (સહજ ઓછો થાય ખરો) અને સંયોગ વધુ વખત રહે છે તેવી મારી માન્યતા નથી. એમાં સત્યતા કરતા કલ્પના વધુ છે. સ્ત્રી પુરુષ બંનેએ પોતાના ભાગો બરાબર સાફ રાખવા જોઈએ.

આ ભાગમાં પથરી થવાનો સંભવ ધણો ઓછો. અતિશય ખેદર-કાર પુરુષો જે ભાગ સ્વચ્છ રાખી ન શકતા હોય તેને આ ત્વચા કપાવવી સારી કે જેથી ત્યાં કચરો (થતો સ્ત્રાવ) બેગો થઈ ફેસલા થવાની ખીક ન રહે. આ ભાગની અસ્વચ્છતાને અંગે ત્યાં સખત ચેપી ફેસલા (Chancroid) થવાનો ભય રહે છે અને પછી તે પોતાની સ્ત્રીને તે ચેપ લાગુ પડે છે. આ સ્ત્રાવ અને પિશાબના જમા થતો ભાગ રોજ સાફ કરવાની જરૂર છે.

આ ત્વચા કોઈ દિવસ સાફ ન રાખી હોય, કે ઉપર નીચે સાફ કરવા માટે દરકાર ન કરી (દિવસમાં એકવાર પણ બસ છે) હોય તો વર્ષોના ગાળા બાદ સ્ત્રાવ અને પિશાબના કણ કે બહારની રજકણો ત્યાં બેગી

થઈ પથરીનું રૂપ ધારણ કરે છે અને પથરી ત્યાં ચ્હોંટી જાય છે અને ઓપરેશન સિવાય દુર થતી નથી. પરંતુ આ ભાગ્યેજ થાય છે. ખાસ સંભવ નથી, કુદરતી રીતે પોતાનોજ પિશાબ થોડે ધણે અંશે સ્ત્રી પુરુષોના ભાગને સાફ રાખે છે અને ચેપથી થોડે ધણે અંશે બચાવે છે. પરંતુ સ્ત્રી પુરુષે પોતાની કાળજી કમી ન કરવી. સ્વચ્છતા, સ્વચ્છ કુદરતી ખોરાક અને સ્વચ્છ હવા, ઉંડો શ્વાસોચ્છવાસ લેવાની ટેવ, થોડી કસરત, સંયમી જીવન મનુષ્યને તંદુરસ્ત રાખશે. સુન્નત અને ત્વચ્છા છેદન માટે મેં પાછળ ધણું જણાવ્યું છે તે જોઈ જાઓ.

૭૫. સવાલ : એક યુવાન જણાવે છે કે મારૂં ડાબું વૃષણ જમણા કરતાં નીચું અને વધારે ભારી છે. અને બાજુની નસો જાડી અને ભારે લાગે છે. અને થોડું દર્દ થાય છે અને હમણાં કરોડરજીની નીચે થોડું દર્દ થાય છે.

જવાબ : તમને એક બાજુની અંડવૃદ્ધિ સૂઝને અંગે છે અને આ ધણે ભાગે ડાબા વૃષણ પર જ થાય છે. શારીરિક ત્રાસથી આ થવાનો વધુ સંભવ છે. લંગોટ વગર લાંબો સમય ઉભા રહેવાથી, દોડવાથી કેાઇ કારણસર રક્તનો ભરાવો થવાથી, અતિશય સ્ત્રી સંબંધ કે હસ્ત-દોષથી. વારંવાર જાતિય ઉત્તેજન થવાથી પણ સ્ત્રીની ગેરહાજરી કે સંબંધ ન કરી શકવાથી. આ બધાં તેનાં ખાસ કારણો છે.

આ અંગે ધણે ભાગે ડાબું વૃષણ ઢીલું અને નસો સુઝેલી દેખાય છે. શારીરિક અને માનસિક અસ્વસ્થતા લાગે છે અને પુરુષ વિના કારણે ગભરાઇ જાહેરખબરીયા દવાના ફંદામાં પડી રોગ વધારી જીવનની ખરાબી કરી મૂકે છે.

સાધારણ રીતે દરેક પુરુષે (અને સ્ત્રીએ સુદ્ધાં કારણ કે પતિ અને પોતાનાં છોકરાંની સારવાર તેના પર પડે છે.) જાણવાની જરૂર છે કે ડાબું વૃષણ ધણે ભાગે જમણા કરતાં વધુ નીચે લટકતું હોય છે અને થોડું મોટું હોય છે અને જો કાંઇ ખાસ દર્દ ન હોય તો લંગોટ કે સ્ટ્રેજ માલીશ અને બરફના થોડા પોતા સિવાય ભાગ્યેજ કેાઇ દવાની જરૂર પડે છે. કાંઇ વાગવાથી વૃષણની સૂઝ થાય તો પણ આગળ

જણાવ્યા પ્રમાણે આ જ ઉપાય બસ છે. ઘણા પુરુષો આ અંગે વિના કારણ માનસિક ત્રાસ કરી લે છે.

તમને સહજ દૃઢ થાય છે એટલે લંગોટ (Suspender) પહેરવાનું રાખો. આહાર, વિહાર વ્યવસ્થિત રાખો, અને સ્વચ્છ હવા અને પાણીનો ઉપયોગ કરો. માનસિક ચિંતા છોડી દો. ૧૫/૨૦ દિવસ આ કરી જુવો. છતાંય સૂઝ વધતી જાય અને પીઠનો દુઃખાવો ચાલુ રહે તો તમારે સારા સરજન પાસે ગયા વૃષણની નસ પર સંભાળીને ઓપરેશન કરાવવું રહેું.

૭૬. સવાલ : હાથીપગું અને વધરાવળમાં કેટલો ફેર ? ગુપ્ત ભાગો પર હાથીપગુંનો રોગ થાય છે કે કેમ ?

જવાબ ; બે શબ્દોની વ્યુત્પત્તિમાં જેમ સ્ત્રી પુરુષમાં જેવો ભેદ છે તેવો બંને રોગોમાં છે. વધરાવળ Hydrocele માટે આગળ હું જણાવી ગયો છું અને આ વૃષણમાં પાણી ભરાવાને અંગે થાય છે. વૃષણોમાં નસોનો પુલાવો થાય છે. (Epididymis) કે વીર્યની શીરાઓ (The spermatic-cord) માં સૂઝ આવે છે, કે વૃષણની અંદરના બે પડોમાં કાઠ ખાસ જાતના ફેફલા થઈ પાણી ભરાવા માંડે છે. સાધારણ રીતે જો પાણી ભરાયું હોય અને બહુ જીનું ન થયું હોય તો તે કાઠવું સહેલું થઈ પડે છે અને જો બહુ ન ભરાતું હોય કે પાણી ઊંચી થતું ન હોય તે વધુ ત્રાસ થતો નથી. પરંતુ શીરાઓને અસર થાય ત્યારે ઘણી કાળજીની જરૂર છે અને ઓપરેશનની પણ જરૂર પડે છે. વૃષણના ઓપરેશનમાં અનુભવી અને બાહોશ ડાક્ટરની જરૂર છે. વૃષણનો ભરાવો ગોનોરીઆ જેવા ચેપી રોગને અંગે પણ થાય છે અને તેથી તપાસ પહેલાં કરાવવી. અને ગમે તે વયે વધરાવળ કે હાથીપગું થાય છે. જો ફેફલો થયો હોય તો તે વધતાં અને પાણી ભરાતાં વાર લાગે છે અને જ્યારે માલમ પડે છે તે પહેલાં રોગ ધણો આગળ વધી ગયો હોય છે. માટે આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે આગળથી સારવાર કરવી સારી. વધુ પાણી ભરાવાથી પિશાબ કરતી વખતે અને સંબંધ વખતે પણ થોડો ધણો ત્રાસ થાય છે. લિંગ અને વૃષણ બેની

નસોમાં ચેપી રોગની અસર હોય તો પિશાબનાં કાર્બક બિંદુ વૃષણમાં દાખલ થાય છે અને વૃષણની આમ વૃદ્ધિ થાય છે અને રોગ લયંકરતા પકડે છે પણ આવું કવચિતજ બને છે.

સ્ત્રીને આવું કાંઇ વૃષણ વૃદ્ધિ જેવું હોતું નથી પરંતુ ચેપને અંગે ચોનિની અંદરના ભાગોમાં કે ગર્ભાશયમાં પાણી ધીમે ધીમે ભરાવા માંડે છે અને આગળ જતાં તે જલંદરનું રૂપ પકડે છે. (Dropsy of the womb) આવા રોગ સખ્ત ડોક્ટરી દેખરેખ અને ઓપરેશન સિવાય ભાગ્યેજ ઠીક થાય. આયુર્વેદમાં આવા રોગોના ધણા ઉપાયો બતાવ્યા છે પરંતુ આનો ખરો જાણકાર ભાગ્યે જ કાંઈ માલમ પડે છે.

હાથીપગું (Elephantiasis) ધણે ભાગે પગે ઘુંટીની નીચેથી અને હાથે કાણી નીચેથી વધુ પ્રમાણમાં થાય છે. જે કે શરીરના કોઈ પણ ભાગમાં તે થાય છે. આ હાથીપગુ રોગ બે જાતનાં થાય છે. ચેપી (Filarial) અને બીજા ચેપી (Non filarial). જે કે આ ચેપ જોડે બેસવાથી કપડાંથી થતો નથી. પરંતુ ડાંસ કે મચ્છર રોગી મનુષ્યના તે રોગના ભાગપર બેસી સારા મનુષ્યના શરીર પર બેસે તો એ લાગુ પડે છે. આ ચેપી રોગ ધણે ભાગે વિષુવ-વૃત્તના ભાગોમાં વધારે થાય છે અને તેને અંગે લિંગ વૃષણ કે ચોનિ પણ પુલી જાય છે. અને આ ગરમ પ્રદેશોમાં ભાગ વધુ પ્રમાણમાં પુલી જાય છે. આ રોગ આ બાબુએ સુરત જિલ્લામાં જરા વધારે પ્રમાણમાં માલમ પડે છે. અંગ્રેજી વિદ્યા તેને માટે ઓપરેશન (શસ્ત્રક્રિયા બતાવે છે) પરંતુ દેશી વનસ્પતિઓની ધણી અસરકારક દવાઓ છે. ઉત્તર આફ્રિકાના જંગલી લોકો અસરકારક રીતે વનસ્પતિથી એને મટાડે છે. પાકી આમલી પાણીમાં ખૂબ પલાળી એમાં મીઠું નાંખી તેનો લેપ કરવાથી અગર ભૂરા ફુલવાળા ધંતુરાના પાનનો રસ કાઢી તેમાં મીઠું નાંખી તે ઘટ્ટ ચોપડવાથી આ રોગ ધણે અંશે મટે છે. non-filarial જાતનો હાથી પગો રોગ આ તરફ સમશીતોષ્ણ અને શીત કટિબંધમાં થાય છે. આમાં સોજો થોડોજ રહે છે. કોઈ જાતના ગોનીરીઆ જેવા કે અન્ય ચેપને અંગે તે ભાગો પુલી જવાને અંગે તે થાય છે. અંધી ગંઠાઈ જાય તો શસ્ત્રક્રિયાની જરૂર પડે છે.

લિંગ કે યોનિના આવા આગળ પડતા રોગોમાં સંબંધ અશક્ય થઇ પડે છે અને વૃષણમાં અતિ પ્રમાણમાં હાથીપગું હોય તો શસ્ત્રક્રિયાથી તેને કાપવાની જરૂર પડે છે. પરંતુ પહેલા દેશી ઉપાયો કે સારા વૈદ્યને બતાવવું સારું. અંગ્રેજી વૈજ્ઞાનિક અને ડોક્ટરને બેમાલુમ એવા આપ-રેશન વગર તદ્દન રોગ સાફ કરતા આયુર્વેદના ધણા ઉપાયો છે. જાણકાર બહાર પડવા માગતો નથી અને તે બીજાને બતાવતો નથી. એ આપણે ત્યાં મોટી ભૂલ છે. આથી ધણા ઉપાયો ભૂલાઇ ગયા છે અને કેટલા હજારને ગાંડીએ વૈદ્ય થઇ ગમે તેમ પૈસા માટે દવા કરે છે એથી વૈદ્યક વિના કારણે વગેવાય છે.

સવાલ ૭૭: એકજ વ્યક્તિમાં સ્ત્રી અને પુરુષ બેની ઇન્દ્રિય હોય એવું શક્ય છે ?

જવાબ : જગતમાં ઘણી અજાયબીઓ છે, એમાંની એ એક છે. આ એક વિજ્ઞાનનો વિષય છે. સ્ત્રી પુરુષના સંબંધ વખતે રજ અને વીર્યના મેળાપથી, બાળકની જાતિ વગેરે તરતજ નક્કી થાય છે. પાછળથી એમાં કાંઈ ફેર થતો નથી. અને આ ભેદ હજી આજુ ઉકેલ્યો રહ્યો છે. સ્ત્રીનું રજ વધારે પ્રમાણમાં અને જોરમાં હોય તો કન્યા અને પુરુષનું વધારે શક્તિમાન હોય તો છોકરો અને સરખા હોય તો નપુંસક, પરંતુ એમાંથી એક કુદરતી રીતેજ વધુ જોર પકડે છે.

તમને ખબર હશે કે ભગવાન શિવ અર્ધનારીશ્વર કહેવાય છે. અર્ધનારીશ્વર એટલે અડધું શરીર સ્ત્રીનું અને અડધું પુરુષનું. શિવ અને પાર્વતીજી જુદાં નહિ; એકજ શરીરમાં. અને જો તમે પુરાણ વાંચ્યું હશે તો ખબર હશે કે તેમાં જણાવ્યું છે કે પાર્વતીજીએ સ્વયં બે પુત્રો અને કન્યા ઉત્પન્ન કર્યાં છે. એક શરીર સ્ત્રી અને પુરુષના અવયવો ધરાવે એવા બે એક દાખલા યુરોપમાં નોંધાયેલા છે, પરંતુ તેનાથી પોતાનામાં કે અન્યમાં ઉત્પત્તિ કરાવી શકાય એવું બન્યું નથી. છતાં શું ન બને ? એટલે ભગવાન શિવ અને દેવી પાર્વતીનાં શરીર એક કે જુદાં તે કલ્પના પર છોડું છું. આવા પ્રસંગોમાં શરીરની એક બાજુ સ્ત્રીની જ કામળ

ફંવાટી વગરનું શરીર સ્તન, યોનિ વગેરે. ખીજ બાજુએ સખત ફંવાટી, લિંગ વગેરે રહે છે. અને આવા એક યુરોપીય વ્યક્તિનો ફોટો પણ પેપરમાં આવ્યો હતો.

આવી દ્વિઅંગ વ્યક્તિમાં બે ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારનાં માનસ કામ કરે છે કે જુદાં. જુદાં હોય (ધણું અસંભવ લાગે છે) તો એક બાજુનું અંગ પુરુષ અંગ અન્ય વિચારમાં હોય અને ખીજ બાજુનું સ્ત્રી અંગ અન્ય વિચારમાં. આમ તપ અને વાસનાના ઝંઘડા એક જ અંગમાં સંભવી શકે.

હવે કોઇક (જવલ્લેજ) એથી વ્યક્તિઓ હોય છે કે જે દેખાવે સ્ત્રી હોય છે. સ્તન સાધારણ નાના હોય છે. થોડી ઘણી ફંવાટી હોય છે અને સ્ત્રી અને પુરુષ અંગ બંને હોય છે, આમાં બેમાંથી એક અંગ કામ કરતું નથી, અને આવી વ્યક્તિ સ્ત્રી તરીકે સ્ત્રીઓમાં રહેલી અને પુરુષ તરીકે યુવતીઓની સ્ત્રી કે કોલેજમાં થોડી ઘણી વાસના સંતોષે છે. અને આવા બે ત્રણ દાખલા યુરોપ અમેરિકાની કોલેજમાં પકડવામાં આવ્યા હતા અને જે જાતિઅંગ વધુ જોરમાં હોય તે રાખી તેની જાતિ નક્કી કરવામાં આવે છે અને સંસ્થાઓમાં સ્ત્રી કે પુરુષ બેમાં એકની જોડે તેને ભેગી થવા દેવામાં આવતી નથી. પુરુષોમાં તે જાય તો ત્યાં પણ કાંઈ નવું જીવંતુ જ તે કરે. તે વ્યક્તિ કબૂલ કરે તો શસ્ત્ર ક્રિયાથી બેમાંથી વધુ કામ કરતું અંગ રાખી ખીજું અંગ કાઢી નાખવામાં આવે છે. આફ્રિકામાં એક જાતિની સ્ત્રીઓનું યોનિ લિંગ યોનિની ઉપરથી બે ઇંચ લગભગ લટકતું રહે છે. આ અંગે યોની ઉપરથી થોડીઘણી ઢંકાઈ જાય છે, પરંતુ સ્ત્રી જ હોય છે, પુરુષ નહિં. જો કે ઉદ્દીપન વખતે આ યોનિ લિંગ સખત થાય છે અને સંબંધમાં અડચણ ઉભી કરે છે, અને આને અંગે સ્ત્રીઓ આપસ આપસમાં અશિષ્ટ વ્યવહાર કરે છે. તે જંગલી પ્રજા આ અંગે તે યોનિ લિંગ બાળકોની નાની વયમાં જ એમના હથિયારોથી કાપી વનસ્પતિની દવાઓથી તેને ઠીક કરે છે.

પરંતુ ઉપરના યુરોપીયન પ્રકારોમાં તો જાતીય ખોડ જ છે.

જો કે તે ભાગ્યે જ હોય છે. પરંતુ ક્રોધક સ્ત્રીમાં અતિશય પૌરુષેય ભાવના હોય અને જો યોનિની ખીલવણી બરાબર ન હોય અને કાંઈક વૃષણ જેવું નીચેથી હોય તો તેને પુરૂષમાં ફેરવી શકાય છે અને આજના વૈજ્ઞાનિકોએ આવાં કાંઈક ઓપરેશનો કર્યાં છે.

જે સ્ત્રીમાં પુરુષ આણુ (male sex hormones) વધારે હોય છે તેની ભાવના અને ક્રિયા થોડે ઘણું પુરુષ જેવી રહે છે. પુરુષની હોડમાં ઉતરવા તે તૈયાર હોય છે અને હાર મળવા છતાં તે માનવા તૈયાર હોતી નથી. સ્ત્રી અને પુરુષનાં ક્ષેત્રો નિરાળાં છે અને હોવાં જોઈએ. તે માનવા તે તૈયાર હોતી નથી. અહિં કે દેશ વિદેશમાંની પૌરુષેય રમત કે રાજદ્વારી કારણમાં ઉતરતી ઘણી સ્ત્રીઓને આ ક્ષેત્રમાં મૂકી શકાય. એક રાજકીય બાબતમાં આગળ પડતી સ્ત્રીને પૂછતાં તેને જણાવ્યું હતું “શું કરીએ? બધા કરે તે પ્રમાણે કરવું જ જોઈએ. અમને આ કાર્યો પરવડતાં નથી. અને પોસાતાં પણ નથી. ન જઈએ તો આ નામધારી બહેનો અમને વગોવે કે હિંમત ક્યાં છે?”..... બહેન આટલું બોલે છે પરંતુ ઘરમાં એની શું સ્થિતિ છે તે મને ખબર છે. અને.....ની તો વાતજ જવા દો. સ્વતંત્રતાને નામે સ્વચ્છંદતા તે રમે છે.....

પૌરુષેય કસરતો કરતી સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયને અસર થાય છે અને તેનામાં જો પુરુષ આણુ વધારે હોય અને કસરતને અંગે ગર્ભાશય વિકૃત થતાં કે યોનિ પ્રમાણ કરતાં નહાની થવાથી તેને પુરૂષમાં ફેરવવાના થોડા સફળ અને નિષ્ફળ વૈજ્ઞાનિક પ્રયત્નો થયા છે.

દ્વિઅંગમાં કાંઈને જેમ જન્મથી કાંઈ ખોડ હોય કે હાથ પગ કે કાંઈ વધારાના કે વિશીષ્ટ અંગ હોય તેવી જ રીતે આ અંગમાં પણ વિશિષ્ટતા હોય છે--પરંતુ તે કવચિત જ.

એ યોનિ કે એ લિંગવાળી વ્યક્તિ પણ જવલ્લેજ જડશે. અને ઘણું ભાગે બેમાંથી એક યોનિ કે લિંગ કામ કરતું નથી. જો કે પુરુષને તે અડચણકર્તા રહે છે.

સવાલ ૭૮ : થોડા વખત પર અમારા પાડોશીઓમાં

તકરાર થઇ. શરૂઆતમાં મ્હારી પત્નીને એક બોલકણી પણ ઉખડેલ યુવાન સ્ત્રી સાથે કાંઇ વાત પર બોલાવ્યાલી થઇ. વાત જરા વધી પડી અને મ્હારે કાને અવાજો આવ્યા એટલે મ્હેં બહાર જઇ મ્હારી પત્નીને પૂછ્યું. કારણ નજીવું હતું. પરંતુ કહેતાં કહેતાં તેની આંખમાં પાણી આવ્યાં. મેં તે પાડોશજીને (નામ દાખલ તેને રાધા કહીશું) ફક્ત એટલું જ કહ્યું, “નકામાં જરા જરામાં શા માટે બિચારી જોડે લઢવાડ કરો છો. ગામમાં બીજું કાંઈ મળતું નથી તે અહિં.....”

ઝટ તેણે કહ્યું ‘તમારામાં કાંઇ ક્યાં બળ્યું છે. જરા રડી પડી એટલે.....બાયલો!’ કહી તે જોરથી ધમધમ કરતી બારણું અંદાળી ચાલી ગઇ.

મારે તે સ્ત્રીને બતાવી આપવું છે. મારી પત્નીની પણ તેમાં મંજૂરી છે.

જવાબ : તમારો પત્ર પૂર્ણ છાપી શકાય એવો નથી. ટુંકામાં તેને રૂપ આપ્યું છે. આ તો એક નવલિકાનું રૂપ થયું અને તમારે સ્વચ્છુદ્ધિથી તેનો ઉકેલ લાવવાની જરૂર હતી. અને તો તમે, તમારી પત્ની અને તે પડોશજી રાધા મળજો. તેથી તે તમને વગોવતી હોય તો તેમ કરતી બંધ થાય.

સૌથી સારી વાત એ હતી કે તમારે સ્ત્રીઓની તકરારમાં પડવું નહોતું અને તમારી પત્નીને ઘરમાં બોલાવી લેવી હતી. નહિં તો તમારે કાન બંધ કરી દેવા હતા. તમને કદાચ એમ હશે કે શ્રીમતી ‘રાધા’ તમારાથી અંજાઈ જશે અને જો તમારી વાત ખરી હોય તો કોઈને પડતો મૂકી અગર વધારામાં તમારી મહેરબાની કરશે તો તેમાં તમે થાપ ખાધી. એવી સ્ત્રી પોતાની ઈચ્છા કે કોઈની કાંઈ કાર્યશક્તિ સિવાય બાગ્યે જ અંજાઈ જાય છે. અને વધુમાં તમે એમ જણાવેા છો કે તમને સંતતિ નથી. એટલે રાધાને કહેવાનાં બે કારણો મળી ગયાં.

તમે રાધાને એમ બતાવવા માંગો છો કે તમે સંપૂર્ણ પુરુષ છો. એવો કાંઈ વિચાર હોય તો માંડી વાળજો. તમારા નામ, આખરૂં, અને

કાયદાને અંગે તે શક્ય નથી. કોઈની મરજી વિરૂદ્ધ અગર તે કાર્ય કરવાથી પોતાને કે ખીજને નુકસાન થાય એ 'પાપ' છે.

અને ધારો કે તમે અને તમારી પત્નીએ મળી રાધાને ફસાવી અને એ તમારી વિરૂદ્ધ પગલાં લે તો ? તમારી પત્ની તમારા કાર્યમાં સંમત છે જાણી મને વધુ અન્યથા થાય છે. એ સ્ત્રી સ્વભાવની વિરૂદ્ધ પ્રજ્વલતો વૈરાગિનિ છે. પતિના જીવન કે હઠ સિવાય સ્ત્રી ભાગ્યે જ આવું કબુલ કરે છે. તે ઉલટી ધર્મ્યાથી સળગી જાય છે.

તમે જાણાવો છે કે તમારામાં કાંઈ દોષ નથી અને તમારી પત્નીમાં શારીરિક કાંઈક દોષ છે. જો તે દોષ કંઈક દવા વગેરેથી નીકળી જતો હોય તો કરો. તમારી બંનેની વચ્ચે કાંઈ વધારે નથી. ધણે ભાગે દોષ દૂર થઈ શકે છે. કાંઈ સારો અનુભવી ડોક્ટર કે વૈદ્ય છતાંય અશક્યતા બતાવે અને તમારી પત્નીની પુરેપુરી સંમતિ હોય અને તમારી ભાવના અને વિચાર તે ચલાવી લેતી હોય તો ખીજ પત્ની કરો; નહિ તો નહિ. તમને પોતાને કાંઈ શારીરિક દોષ કે વીર્ય-દોષ નથી તેની તમે ખાત્રી કહાડી હશે. નહિ તો સ્ત્રીની પણ જીંદગી ખરાબ કરશે.

પરંતુ પતિ જેમ પત્ની પાસે ખીજ પત્નીની આશા રાખે છે તેમ પત્નીને પતિએ તે પુરવાર કરી આપવું જોઈએ અને દ્વિતીય પત્ની કે અન્ય સ્ત્રીની વાંછના કરવી ન જોઈએ.

પત્ની ખીજ લગ્ન માટે સંમત થાય છતાંય ધણે ભાગે ઘરમાં પાછળથી તકરાર પેસી જાય છે. બંનેને ઝોઘું આવે છે, કદાચ જીની-ને વધારે ને વધારે અન્યાય થતો રહે છે. તમારી આસપાસ તમે નજર કરશો તો તે વિષે તમને ધણું સત્ય જાણવાનું મળશે.

તમારું રાધાનું વર્ણન ખરું હોય તો તેનાથી તમે દૂર રહેજો. એવી સ્ત્રી સંમતિ આપીને પણ વિરૂદ્ધ જઈ તમને ખરાબ કરી મૂકશે.

૭૯. સવાલ : લિંગ કે યોનિની લંબાઈ અને ઉંડાઈ જુદા દેશોમાં કે પ્રજામાં જુદાં કેમ ? અને મૂત્રમાર્ગની લંબાઈ પુરુષમાં

ધણી વધારે કેમ ? કુદરતે પુરૂષને આ બાબતમાં રોગનો વધુ ભોગ બનાવી અન્યાય નથી કર્યો ? લિંગની લંબાઈને લીધે ત્રાસ થાય ખરો કે ? ગર્ભાવસ્થા બાદ સ્ત્રીને ફેર પડે તેનું શું કરવું ?

જવાબ : જેમ દરેક દેશમાં પ્રાણીઓની લંબાઈ, જડાઈ વગેરેમાં ફેર પડે છે તેમ સ્ત્રી પુરૂષોમાં પણ. હિંદની ગાય અને યુરોપની ગાયમાં થોડો ધણો બાંધમાં વગેરે ફેર પડે છે જ. અને જેવી સ્ત્રીઓ તેવા જ અનુકરણના દરેક રીતે શારીરિક બંધ બેસતા પુરૂષો, તેમાં સ્ત્રીને ત્રાસ ન જ થાય. હા, ક્યારે કોઈ આફ્રીકન પુરૂષ યુરોપીય સ્ત્રીને પરણે તો તેને જરૂર ત્રાસ થાય. કોઈ અમેરીકન સ્ત્રી આને વધુ આનંદ માને છે. આ અંગે હબસી અને અમેરિકનનાં છુપાં લગ્ન ત્યાં થાય છે. અને તેમની પ્રજાને ત્યાં મુલાટો કહે છે, તમારી જાણ માટે થોડા આંકડા આપું છું.

લિંગ (સુપ્ત અવસ્થામાં) ૨ થી ૨૧ ઇંચ લંબાઈ. ૧ થી ૧૧ ઇંચ જડાઈ. (ઉદ્દીપન અવસ્થામાં) ૫ થી ૭ ઇંચ લંબાઈ. ૨ થી ૨૧ ઇંચ જડાઈ. ઉદ્દીપન અવસ્થામાં કોઈને ઉદ્દીપન થોડું વધતું થાય છે. અને તે રીતે તેના પ્રમાણમાં (Size) માં ફેર પડે છે. ૯ ઇંચથી વધુ લંબાઈ ભાગ્યે જ જાણવામાં છે. અને તેને હબસી જેવી ડંડી ચોની-વાળી પત્ની જોઈએ. લિંગનું પ્રમાણ (મોટું) વધુ જાતીય શક્તિ બતાવતું નથી કે મોટો આકાર વધુ સંતોષ આપે એવું કાંઈ નથી. ધણીવાર ઉલટું નીવડે છે. અને શારીરિક નુકસાન સ્ત્રીને થાય છે. અતિશય ડંડીમાં સુપ્ત અવસ્થામાં અતિશય નાની અવસ્થામાં અતિશય નાની અવસ્થા (Shrivelled) હોય છે.

ચોની (Vagina) બહારથી ગર્ભાશયના મૂળ સુધીનો માર્ગ પુરૂષોને જેમ ઉદ્દીપનમાં લંબાય છે, તેમ સ્ત્રીની પણ ઉંડાઈ તેવાજ સ્નાયુઓને અંગે વધે છે. અને આ અંગે સ્ત્રી પુરૂષ લગ્ન સંબંધમાં એ બીજાને મળી રહે છે. લિંગને અંગે સ્ત્રીને શારીરિક ત્રાસ ભાગ્યેજ થાય છે. પણ પુરૂષ જડ કે પીધેલી અવસ્થામાં હોય તો તેની જડતાને અંગે નુકસાન કાંઈક થાય તેવે વખતે સાવધ સ્ત્રીએ સંભાળી લેવું.

યોનિ અંદરના ભાગમાંથી ઉંડાઈ ૩ થી ૪ ઇંચ બહારના ભાગથી (દર્શનીય ભાગ Vulva) ૪ થી ૬ ઇંચ. ઉદ્દીપન અને સંબંધ વખતે વધુ.

યોનિનો બહારનો ભાગ (Vulva) વય જનિત સંબંધનો વધતો ઓછો અનુભવ, અને વધતી ઓછી પ્રસુતિ અને સંબંધના વચ્ચેના ગાળા પર રાખે છે. તે વિષયે પહેલાં મેં જણાવ્યું છે. અને આગળ એક સવાલના જવાબમાં જણાવીશ. તમારી જાણ માટે ટુંકાણમાં કહું :

In a virgin girl with an intact hymen, the opening will normally admit the entrance of the tip of the first finger only. In a woman who has experienced several intercourse, but has not given birth to a child, three fingers bunched together can be usually inserted. In a woman who has given birth to children the whole front part of a moderate size hand can often be inserted with ease and this does happen in medical examination.

Urethra (મૂત્રમાર્ગ-પુરુષ)—૮ થી ૯ ઇંચ લંબાઈ.

પહોળાઈ ઘણી જ થોડી.

Urethra (મૂત્રમાર્ગ-સ્ત્રી)—૧૩ ઇંચ લંબાઈ

પહોળાઈ વધારે.

પુરુષોમાં આ યુરેથ્રાની નજીવી પહોળાઈને અંગે પથરી વધુ થવાનો સંભવ રહે છે. અને ચોપી રોગ લાગુ પડ્યા પછી આ પાતળી સળી જેવી યુરેથ્રાની મારફતે તે આગળ પ્રસરે છે અને આ યુરેથ્રામાં ઓન્નરની સળીઓ (Sourds) નાખતાં અતિ ત્રાસ થાય છે. આ યુરેથ્રા (સ્ત્રી અને પુરુષ બંનેમાં) અને મૂત્રાશયનું દ્વાર ભારે સંકેતન શક્તિ ધરાવે છે અને તે અંગે પિશાબ મૂત્રાશયમાં ભેગો થતો રહે છે. પરંતુ જ્યારે માલમ પડે કે વધુ સંચય થયો છે ત્યારે મૂત્રવિસર્જન કરવા વિલંબ ન કરવો. સ્ત્રીઓને પુરુષની અને પુરુષોને સ્ત્રીઓની

હાજરી ધરમાં, સભાઓમાં કે અન્ય ઠેકાણે શરમતે અંગે અડચણ કરતાં પડે છે અને જઈ શકતા નથી. તો તેવી ખોટી શરમ ન રાખવી અને Urinal કે Bathroom (મુતરડી કે નહાવાની ખોલી) ક્યાં છે તેની તપાસ કરવી. સભાઓમાં દૂર ખુલ્લી આડ જગ્યા તો કાંઈપણ ઠેકાણે મળી આવે છે.

લિંગ અને યોનિના પ્રમાણ માટે મેં ઉપર જણાવ્યું છે. અન્ય પણ જણાવ્યું છે.

સવાલ ૮૦. પિશાબ (લઘવી) પરથી રોગની પરીક્ષા થાય છે એમ કહેલાય છે. ગૌમૂત્રને પવિત્ર માનવાનું કારણ શું ?

જવાબ—એ ભાષ હતા. એમાંથી મોટા સખ્ત માંદા હતા—મરણુ પથારીએ—નહાનો ભાષ પાંસેના ગામના—ત્રણ ચાર કાશ હશે—વૈદને ત્યાં વૈદના માર્ગવાથી તપાસ માટે માંદા ભાષનો પિશાબ લઈ જતો હતો. રસ્તામાં અડકડ આવતાં પિશાબનું વાસણ પડી ગયું અને તે ઢોળાઈ ગયું. નાના ભાષએ ધાર્યું કે વૈદરાજ શું જાણવાના છે? એને પોતાની લઘવી તે વાસણમાં કરી અને વૈદરાજ પાસે લઈ ગયો. વૈદરાજે તે જોતાંજ એકદમ કહ્યું કે જે માણસની મેં નાડ જોઈ છે તેની આ લઘવી ન હોઈ શકે, પરંતુ જેની હોય તેને કહો કે તે મનુષ્ય એ દિવસમાં મરણુ પામશે. લઘવી લાવનારની પોતાનીજ હતી. તેના હોશકાશ ઉડી ગયા. તેણે ખરી વાત કહી. વૈદે કહ્યું કે મારી મૂત્ર પરીક્ષામાં કાંઈ ફેર નથી. જા ભાષ તું વહેલો ઘેર ચાલ્યો જા. અને બરાબર એ દિવસે તે નહાનો ભાષ મરણુ પામ્યો. મોટા મરણુ પથારીએથી જાહેર.

આ ઉપરથી માલમ પડશે કે અસલના વખતતાં વૈદકીય ચિકિત્સા કેટલી આગળ વધેલી હતી. આજે એવો વૈદ કે ડોક્ટર તમને જાણ્યેજ નોવા મળશે. ઓપરેશન સિવાય કેટલાક રોગો તે સારા કરતા.

મૂત્રાશય (Bladder) ની બંને બાજુ એક એક મૂત્રપિંડ આવેલો છે (Kidney) તેમાંથી ધીમે ધીમે મૂત્રાશયમાં પિશાબ ધકેલાય છે. આ મૂત્રપિંડમાં પણ કોઈકવાર પિશાબનાં તત્વો કે કંઈ

રંગકણો બાઝી જવાથી પથરી થાય છે. સાધારણ રીતે તંદુરસ્ત મનુષ્યની (સ્ત્રી અગર પુરુષ) લઘવીનો રંગ સહજ પીળાશ પડતો (Amber coloured) અને તે પારદર્શક (Transparent) હોય છે. હાઃ જાત જાતના ખોરાક કે પીણાને અંગે તેનો રંગ થોડો ઘણો બદલાય છે. ખૂબ કેશરવાળો ખોરાક કે પીણું પીધું હોય તો પિશાબ પાકો કેશરીઆ થાય છે. અતિશય પાણી પીધું હોય કે ભેજવાળી હવા હોય તો પિશાબનો રંગ પાણી જેવો હોય. નીરો કે ખીર પીવાથી પણ લગભગ આવેા પિશાબ થઈ પિશાબનો રોગ કાઢે છે. વધુ પ્રમાણમાં સ્વચ્છ પાણી (હદની બહાર નહિં) પીવાથી શરીરમાં રક્તાભિસરણ (લોહીનું ફરવું) યરાબર રહે છે. રક્ત પાતળું રહે છે અને ઝાડો ખુલાસે થાય છે. આ સાથે થોડી કસરત રહે અને યોગ્ય નિદ્રા આવે તો શરીરમાં સ્ફુર્તિ રહે છે. પિશાબમાં વીર્ય પસાર થાય, રક્તના બિંદુ દેખાય, સ્ત્રીઓના પ્રદરનાં કાંઠ તત્વો દેખાય, લોહીવાની અસર દેખાય, વધારે ખાંડને અંગે મધુપ્રમેહ દેખાય, ખાંડ ઓછી હોવા ને અંગે અશક્તિ માલમ પડે, પિશાબ પરથી ક્ષયનો રોગ પણ માલમ પડે, સ્ત્રીની ગર્ભાવસ્થા (સ્ત્રીની લઘવી પરથી) માલમ પડે, વીર્યની શક્તિ માલમ પડે, અને ઘણે અંશે પિશાબ પરથી તે સ્ત્રી, પુરુષ, બાળક, યુવાન કે વૃદ્ધ છે તે પણ આયુર્વેદના જાણકાર વૈદો કહી શકે છે. ડોક્ટરી પરીક્ષા આ બાબતમાં બહુ આગળ વધી નથી. ડીઝી વાળા ચોપડીઓ વાંચીને કંટાળેલા ડોક્ટરો કરતાં બાહોશ વૈદોને આ બાબતની પરીક્ષા સારી હોય છે અને આ અંગે વૈદ ડોક્ટરનું નવું ખીલ આવકારદાયક નથી. તેનાથી આયુર્વેદ અને યુનાની વૈદોને ધક્કો ખેસશે અને જે વૈદ્દ જીલાતું જાય છે ને જીલાત જશે, અને ડોક્ટર માફક ગોખણવિદ્યા થશે. આવા વૈદો સ્કુલ કે કોલેજમાં ભણીને ન થવાય. તેઓને—ભલે તે ભોળા જેવા દેખાતા હોય કે જંગલી બીલ હોય—અમુક પ્રકારનું ચોક્કસ અને સચોટ જ્ઞાન હોય છે. અને ઘણીવાર વૈદક વંશપરંપરા ચાલતું આવે છે.

દવાઓની પણ સારી માઠી અસર પિશાબમાં માલમ પડે છે. માદક અને હિતેજક દવાઓ પીધી હોય કે અમુક ખાસ દવા પીધી

હોય તો તે હૌશિયાર વૈદ્ય કે ડોક્ટર તે પરથી કહી શકશે. સંયોગ પછી તરતનોજ પિશાબ હોય તો માલમ પડી આવે છે. જાણીને આશ્ચર્ય થશે પણ એ સત્ય છે કે પાણીના બે ચાર ગ્લાસ પુરુષ સંબંધ પહેલાં કલાક પહેલાં પીએ તો ઉદ્દીપન થાય છે. આનું કારણ આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે મૂત્રાશયમાં લઘવી ભેગી થવાને અંગે. તંદુરસ્ત પુરુષે કે સ્ત્રીએ ઉદ્દીપન માટે આવા પ્રયોગો કરવાની જરૂર નથી. હાર્ટ ડીસીઝ (Heart disease) જેને હોય કે મૂત્રપિંડ ખરાબ હોય તો તે મનુષ્યના પિશાબમાં (Albumen) નાં તત્વો કાયમ દેખાતાં રહે છે અને જો આ કાયમ વધતા પ્રમાણમાં રહે તો દરદીની સ્થિતિ ભયંકર સ્થમળ લેવી. કાર્બિક ખાસ ખોરાકને અંગે કે ગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રીને પિશાબમાં આ તત્વ નીકળે છે. ખોરાકને અંગે હોય તો તે તાત્પર્ય જ હોય છે. ગર્ભાવસ્થામાં જો આ તત્વ વધારે જતું હોય તો તેને માટે ખાસ ઇન્જેક્શનો અપાય છે. વૈદ્ય પણ ખાસ દવા આપે છે. ગોનોરીઆ, સીરીલીસ, ચાંદી વગેરે પણ પિશાબ પરથી માલમ પડે છે. વૈદ્ય વાત, પિત્ત, કફનો ભેદ પિશાબ પરથી પણ પાડી શકે છે. ચિકિત્સા કરી શકે છે.

થોડાક જ વર્ષો પરની વાત છે. એક અગ્રગણ્ય અને પ્રખ્યાતિ પામેલા મહારાજ પોતાના ભક્તજનોને આરતી પછીના આચમનમાં પાણીમાં દુધ અને પોતાની લઘવી ભેળવીને આપતા. એમને સ્ત્રી અને પુરુષ બંને ભક્તો હતા. અને એમણે (એમના ઠાકોરજીએ) સંખ્યા બંધ યુવતીઓ સાથે લગ્ન કર્યાં હતા. એમને પ્રૌઢવયમાં જ આ ઠાકોરજીના લગ્નની પ્રથા શાંધી કાઢી હતી એવી એક (પાયા વગરની) માન્યતા છે. તે પ્રમાણે નાની વયની યુવતીઓ સાથે સંબંધ સાંધી યુવાની મેળવવાનો પ્રયત્ન કર્યો. હોય આવી જ પ્રથા ઘણા ધર્મના ધર્મગુરુઓ એક યા બીજી રીતે પાળતા હતા અને હજી પાળે છે. યુરોપમાં યુવાન કન્યાથી વૃદ્ધોને જીવવાની મેળવવા માટે ખાસ ખાનગી ગૃહો હતાં. યુરોપના કે એશીઆના ધર્મગુરુઓ કે સાધ્વીઓ ગુપ્ત રીતે મંત્રેલા પાણીમાં પોતાની વલવી આપતાં. લઘવી અમુક રોગને સારો કરવાની સચોટ શક્તિ ધરાવે છે, જેવા કે—સ્ત્રી કે પુરુષ

પરમાણુનું કમીપણું, કમળો કે કમળી, પ્રસવની સરળતા, ધાનું રૂઝવું, કેન્સર, કાર્મિક અંશે મૂર્છા, જલંદર વિગેરે કેટલાક જંગલી દેશોમાં હજીય બાળક કે બાળકીની લઘવી અમુક રોગને સારા કરવા માટે આપવાની પ્રથા છે અને કેટલાક વૈદ કે હકીમો ગુપ્ત રીતે ગોમૂત કે બકરીનું મૂત્ર દવામાં આપતા. એ લોકો જરૂર એટલી કાળજી રાખતા કે તે જનાવર અગર સ્ત્રી કે પુરુષ સંપૂર્ણ તંદરસ્ત હોવાં જોઈએ. અને તે લઘવી આપતા પહેલા લઘવીની પરીક્ષા કરી જોતા. પાદરીઓ પહેલાંના વખતમાં પણ દવા તરીકે તે આપી દેતા. કેટલાક વર્ષ પરની વાત છે. એક ફકીર પાણીમાં મિશ્ર કરી લઘવી જ (ધણે ભાગે ગોમૂત) મંત્રેણું પાણી કરીને આપતો, અને લોકોની શ્રદ્ધા અને લઘવીના ગુણના અંગે રોગો સારા થતા. કમળો અને જલંદરમાં એ દવા આપાદ ગણાતી.

ગોમૂત હિંદુઓ પવિત્ર માને છે. લોકો એ કોઈ પણ જાતના બાધ સિવાય લે એટલે બાહોશ વૈદ અને ધર્મગુરુઓએ તેને ધાર્મિક રીતે પવિત્ર ગણાવી દીધું. અને ગાયનું દુધ છાણ, ત્વચા અને હાડકાં શુદ્ધ જનોપયોગી રહેવાથી તેને સંપૂર્ણ પવિત્ર ગણાવી દીધી. ધર્મક્રિયા વખતે આ અંગે ગોમૂતની પવિત્રતા ગણવામાં આવી છે. મનુષ્ય આમ મનુષ્યની લઘવી ન પીએ એટલે આમ ધાર્મિક સ્વરૂપ અપાયું. અને આજનો સારો ડોક્ટર કે વૈજ્ઞાનિક આ ગુણો માટે એ મત ધરાવતો નથી. ધણીય દરેક જાતના નિરોગી જનાવરોના પિશાબમાંથી ટીકડી કે ઇન્જેક્શન રીતે પ્રવાહી કે ધન દવા રૂપે બહાર પડે છે. જે Beef tea રોગો માટે વપરાય છે. તેમાં યુરીક એસીડ જ છે. પિશાબમાં તે વધારે હોય છે અને તેના કરતાં તાજું શુદ્ધ નિરોગી ગોમૂત વધુ ગુણુ આપે છે. ધણા દરદી આમ જાણીને તે નહિ પીએ પરંતુ કોઈ દવામાં આપી તેની વાસ, રંગ વગેરે બદલી નાંખી આપતાં પી જાય છે, જેમ દવામાં દારૂ (Alcohol) ની ખબર પડતી નથી તેમ આની પણ. ધણા જુના જમાનાથી લઘવીને એક ઉત્તેજક અને દવા તરીકે માનવામાં આવેલી છે અને મૂત્રપ્રાશનને એક ગંદકી ન ગણવામાં આવે એટલે ગાય અને ગોમૂતને પવિત્ર ગણવામાં આવ્યું.

ધરાનીઓ અને ઔદ્ધાઓ પણ આને પવિત્ર ગણે છે. ધર અને ધરનું આંગણું જાણુ અને ગૌમુત્રના છંટકાવથી પવિત્ર થયેલું માને છે. પહેલાંની ધરાની સ્ત્રીઓ પ્રસુતિઆદ ગૌમુત્રથી શરીર સાફ કરી ધરમાં દાખલ થતી. જંગલી લોકો પિશાબમાં જનુક અસર તેના ગુણને અંગેજ માને છે. અમેરિકાના અસલ વતનીઓ વધુ પ્રમાણમાં તેનો ઉપયોગ કરે છે. એક પુરુષ મરી ગયો હતો અને તેનામાં ચેતના લાવવાની જરૂર હતી, ત્યારે ત્યાંની એક યુવતી પોતાના આશકને પોતાની લઘવી આપી ને કહે છે 'તે માણસના નાક, મુખ અને કાનમાં આનાં એ ચાર ટીપાં નાખ તો બોલતો થશે.' એક ખુબસુરત પદ્મગંધા સ્ત્રી દરીએ નાહવા ગઇ હતી. એની સુગંધને અંગે માછલીએ હમેશા તેની પાસે આવતી આથી તે કંટાળી ગઈ અને લઘવી કરી. તેથી માછલીઓ જતી રહી.

ખ્રિસ્તી, તુર્ક અને આરબ લોકોમાં એવી માન્યતા હતી કે શરાબની પ્યાલીમાં સહેજ પોતાની લઘવી સ્ત્રી પોતાના પતિને પાછ દે તો પતિ તેને વશ રહે. આ વશ કરવાની શક્તિ લઘવીમાં નથીજ. હા પરંતુ એટલું ખરું કે પુરુષ કે પશુમાં પણ નર માદાની લઘવીની વાસ એક બીજામાં ઉશ્કેરાટ લાવે છે અને યોનિ કે લિંગ યુગ્મનનું મૂળ અહિં છે. પ્રાણીઓમાં નર માદાની લઘવી તરફ આકર્ષાય છે. અને આ વાસને અંગે ઉતેજના પામે છે. સાધરણ રીતે જો તમારી દ્રષ્ટિ શોધક હશે કે લઘવીની ગંધથી કુતરો, કુતરીને શોધી કાઢે છે, ઘોડી જો આતુર હોય હોય ઘોડાના હણહણાટથી અગર યોનિમુખ સ્પર્શથી ઘોડી લઘવી કરી દેશે. આફ્રિકાની એક જંગલી જાતિમાં એવો રિવાજ છે કે પ્રથમ રાત્રએ સ્ત્રીની યોનિ ઉપર એક માછલીનો ટુકડો બાંધવામાં આવે છે અને પતિ તે યોનિ ઉપર મૂકેલો માછલીનો ટુકડો ચાટતો રહે છે અને આ અંગે સ્ત્રી લઘવી કરી દે ત્યારે તેને સંબંધ માટે તૈયાર થયેલી માનવામાં આવે છે. પ્રાણી જગત તરફ જોવાથી એ સત્યતાની ખાત્રી થશે. પ્રેમ અને વાસનાની ઉતેજના માટે આ રીત હલકી કોટીની મનુષ્યોમાં ગણાય છે. મનુષ્ય એક સુધરેલું પ્રાણી છે એ બુલબું ન જોઇએ. સ્ત્રીનું આવું યુગ્મન કે સ્ત્રીનું લઘવી પ્રાશન એ એક હીન

અને જંગલી મનોદશા છે અને કાંઈક સ્ત્રી પુરુષ પ્રત્યે પણ આવી વૃત્તિ ધરાવે છે.

કાંઈક સ્ત્રીની આવી પુરુષની લઘવી પ્રાશન કરવાની વૃત્તિથી તેને ગર્ભાધાન થવાનો સંભવ રહે છે એમ કેટલીક પૌરાણિક કથાઓ કહે છે અને યુરોપીય વૈજ્ઞાનિકો પણ આવી રીતે ગર્ભાધાન થઈ શકે છે એમ કહે છે. તરતની જ લઘવી હોય તો તે શક્ય બને છે. કારણ કે લઘવીમાં લાંબો વખત વીર્ય જંતુ જીવી શકતાં નથી. એક હીન વિચારવાળી યુરોપીયન સ્ત્રી એક ઉમર લાયક બાળકને પોતાના મધ્ય શરીર પર લઘવી કરવા કહેતી અને આથી તે ગર્ભવતી થઈ હતી.

એક અંગ્રેજ ડોક્ટર દક્ષિણ અમેરિકા ગયો હતો. તેણે ધણું સાધારણ દરદો ત્યાં સારાં કર્યાં હતાં. પરંતુ તે અગ્નયન થઈ ગયો કે એવાં ધણું દરદો ત્યાંના વતનીઓ તંદુરસ્ત બાલકો અને સ્ત્રી પુરુષોની લઘવીથી, તદ્દન ઠીક કરતાં. હીસ્ટીરીયા, ફેફડાં, મેલેરીઆ કેન્સર વગેરે. પિશાબની વાસ કાંઈક નાંખી દૂર કરી દરદીને પ્રાશન માટે આપવામાં આવતો અને કેન્સર પર ધડીએ ધડી બદલી પિશાબમાં, બોળેલાં પોતાં મૂકવામાં આવતાં. આથી હડીલો કેન્સર મટી ગયાનાં દ્રષ્ટાંતો છે અને આ અંગે યુરોપ અમેરિકાની હોસ્પિટલોમાં તંદુરસ્ત સ્ત્રી પુરુષની લઘવી કે પ્રાણીઓની લઘવી ભેગી કરી દેવા બનાવવાનાં કારખાનાંમાં મોકલવામાં આવે છે અને આ અંગે સંખ્યાબંધ પ્રાણીઓ વગેરે તે કારખાનાંઓ રાખે છે. તેમની શારીરિક સ્વાસ્થ્યની કાળજી રાખવામાં આવે છે અને પોષક ખોરાક આપી લઘવીની પરીક્ષા બાદ તેની દેવા બનાવવામાં આવે છે.

સવાલ : ૮૧. નર અને નારી પરમાણુના ઇન્જેક્શનો તંદુરસ્તી અને શક્તિમાં ફેર કરે છે કે ?

જવાબ : જાતિ પરમાણુનાં ઇન્જેક્શનો થોડે ધણે અંશે ફેર કરે છે. પુરુષજાતિ પરમાણુ જે પુરુષમાં કમી હોય તેને માટે હમણાં નવી જાતિ પરમાણુની દવા નીકળી છે. Testosterone Propionate પરંતુ તે હજી શરૂઆતના પગથીઆ પર છે. તેની લાંબી

સારવારની જરૂર પડે છે અને દવા બહુ ખર્ચાળ છે. આ દવા Crystalline T. P. તલના તેલમાં મિશ્ર કરી (બરાબર ઓગાળી) એનાં ઇંજેક્શન સ્નાયુઓની ડિંડાણમાં આપવામાં આવે છે. વાઢકાપ જેવું જ આ કામ આપે છે.

વૃદ્ધાવસ્થા ન આવી ત્યાં સુધી નર કે નારી પરમાણુઓનાં ઇંજેક્શનો કે ખોરાક થોડે ઘણે અંશે કામ આપે છે. અતિશય પુરુષ-ત્વવાળી સ્ત્રી કે નપુંસકને ભાગ્યે જ તે મદદ કરે છે. ત્યાં જો યોગ્ય હોય તો શસ્ત્રક્રિયા કરવામાં આવે છે. Testosterone જેવા પદાર્થો એસીડવાળા ચરબી અને અમુક જાતના દારૂ અને ખીજા તત્ત્વમાંથી બનાવવામાં આવે છે. ઢાકા સાયન્સ યુનિવર્સિટીએ એક જાતના ગરમ મોસમમાં થતા ફળમાંથી Arstocarpus નર પરમાણુ બનાવવાનું શરૂ કર્યું છે અને તે Arstosterone નામ આપ્યું છે. આ ઉપરથી માલમ પડશે કે અમુક જાતનાં મોસમમાં થતાં તાજાં શાક કે ફળોથી ચૈતન્ય જળવાય અને પરમાણુ વધે છે. નર કે નારીના વિરુદ્ધ પરમાણુ વધે છે. નર કે નારીના વિરુદ્ધ પરમાણુ સુધારવા ઘણીય જાતનાં ગ્રંથીઓનાં સત્ત્વો નીકળ્યાં છે. આવી દવાઓમાં ભાગ્યે કોઈ ફાયદાકારક હોય છે. બાકી તો એ પૈસા કમાવાનો ધંધો છે. સરસ જાહેરાતો સારી બાટલીઓ અને સુંદર પેકીંગ એ વિલાયતી દવાઓનું મુખ્ય અંગ છે. જો કે બધી દવા કાંઈ નાંખી દેવા જેવી હોતી નથી. દવાઓના શુદ્ધ અર્ક બનાવવામાં જરૂર યુરોપ અમેરિકાના સારા વિજ્ઞાનિકો સારું કામ કરે છે. કેટલાક માહિતગાર વૈદ્યો પણ ભસ્મ વગેરેથી સારી અસર આપે છે.

આ પરમાણુની દવાઓ અતિ પ્રમાણમાં લેવી નહિ. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે કુદરતી જીવન વધુ સારું છે. નારી પરમાણુ નરને આપવાથી માઠી અસર થાય છે. Hexestoral નામની દવા સ્ત્રીએ પીવાથી તેને ગર્ભ રહેતો નથી એમ મનાય છે. એ એક પરમાણુની દવા છે પરંતુ તે દવા એક કુતરાને આપવાથી તેનામાં આંચળ દેખાવા માંડ્યા હતા અને લિંગ નહાતું થવા માંડ્યું હતું. ગર્ભાશયમાં થતા ફેલાવાથી પણ સ્ત્રીના સ્વભાવમાં પૌરુષત્વ આવે છે કારણ કે સ્ત્રી પુરુષ

બંનેમાં થોડે ધણે અંશે વિરૂદ્ધ પરમાણુઓ હોય છે અને ગર્ભાશયની આવી અસરને અંગે સ્ત્રીમાં તો જલદી દેખા દે છે.

કોઇવાર કોઇ કોઇ રોગ પર નરને નારી પરમાણુ અને નારીને નર પરમાણુનાં ઇન્જેક્શનો આપવામાં આવે છે. પરંતુ તે અમુક રોગ પર ચોક્કસ અસર કરવા માટેજ સાધારણ રીતે નહિ અને તે અમુક રીતે અને અમુક પ્રમાણમાંજ. ગર્ભાવસ્થામાં કોઇ આવા નર પરમાણુનાં ઇન્જેક્શનો તંદુરસ્ત પુરુષના (ધણે ભાગે તંદુરસ્ત પતિ સારો) કે રક્ત પિશાબ કે વીર્યનાં ઇન્જેક્શનો કે પ્રાશન પણ ફાયદો કરતાં માલમ પડ્યાં છે. નર પરમાણુથી ગર્ભાવસ્થામાં કોઇ સ્ત્રીને થતી બેચેની કમી થાય છે, ઉલટીઓ બંધ થાય છે અને દાંત અને પીઠીઆં સખત થાય છે. છતાં પણ આટલું ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે પતિના વીર્યનું ઇન્જેક્શન સ્ત્રીને ગર્ભ રહ્યા પહેલાં આપવામાં આવે તો એક વર્ષ સુધી ગર્ભ રહેતો નથી.

મસાલા, દારૂ, ખાંડ, ચાહ, કોરી ઇંડાં, માછલી વગેરે ઉત્તેજના આપે છે. પરંતુ દારૂ અને ચહા પસંદ કરવા જેવાં નથી. ઇંડાં કે માછલીમાં તેને વેચનારા રોગી કે નિરોગી જનાવરો જોતાં નથી. આથી ખીજ રોગો થવાનો ભય રહે છે. દારૂ માટે કહેવાય છે કે તેથી માનસિક ઉત્તેજના મળે છે. ભાન હોય તો ક્રિયા લંબાય છે, પરંતુ છેવટે તે પુરૂષ પાછો પડે છે અને વધુ પીનારો ભાગ્યેજ ભાનમાં હોય છે. “Drink provokes the desire but it takes away the performance.” ખોરાકની જાત અને તેનું વધતું ઓછું પ્રમાણ પણ જાતીય આવેશ પર અસર કરે છે અને દરેકની ટેવ, આળુબાળુના પ્રસંગો અને પડોશ પણ તેના પર અસર કરે છે.

સવાલ : ૮૨. શરદીથી કે ગુપ્ત ભાગોને કાંઇ અસર થતાં વારંવાર પિશાબની ઇચ્છા થાય કે ? મારી પત્નીને વારંવાર લધવી થાય છે.

જવાબ : જરૂર. શરીરના ગુપ્ત ભાગો કે આળુબાળુના ભાગોને અસર થતાં મૂત્રાશયને અસર થાય છે અને ત્યાં શરદી લાગતાં

વારંવાર પિશાબ કરવાની ઈચ્છા થાય છે. ચેમાસામાં આ અસર કુદરતી (રોગોની નિશાની નહિ—હા ક્યારેક બેજવાળી જમીન કે પથ્થર પર બેસવાનું હોય તો) રહે છે અને લગભગ બધાને વધુ પિશાબ થાય છે. વધુ પાણી પીવાથી કે ચણાનો ખોરાક, તાડી, વગેરેથી પણ વધુ પિશાબ થાય છે. સ્ત્રી કે પુરૂષે બેજવાળી જમીન પર કે પથ્થર પર બેસવું નહિ કે વાસણ માંજતી કે કપડાં ઘોતી વખતે લિંગ કે ચોનિ પ્રદેશની આસપાસ બેજ લાગે નહિ તેની ખાસ કાળજી રાખવી. સ્નાન બાદ પણ તે ભાગોટ બરાબર ધસીને લુછવા. સ્ત્રીનો ચોનિપ્રદેશ નીચો હોવાથી અને તેમાં ખાસ કરીને જેને સુવાવડ આવી ગઇ હોય તેને આવા બેજનો વધુ ડર રહે છે.

સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં કુલ બાઝી જાય છે (છોડ થવો કે ફોલ્લા) અને તેનું દબાણ પડે તો પણ વારંવાર પિશાબની ઈચ્છા થાય છે. ચેપી રોગવાળાને અને મધુપ્રમેહવાળાને પણ તેમ થાય છે. નિરોગી સ્ત્રીઓએ પણ શરદીથી ખાસ સંભાળ લેવાની જરૂર છે.

સવાલ : ૮૩. ૧૬ વર્ષની વયે મને ગાલસૂઝણાં થયાં અને તેના ચેપથી મને વૃષણની સૂઝ થયેલી તે પણ મટી ગઇ પરંતુ વૃષણ નાના થઈ ગયા. જો કે ડાખા કરતાં જમણું વૃષણ જરા મોટું છે. વૃષણ બંને કાયમ છે. પરંતુ કદમાં તદ્દન નાના.

પાંચ વર્ષ પછી મારાં લગ્ન થયાં અને અમને એક વર્ષની અંદર છોકરી થઈ. આજે દશ વર્ષ થયાં પરંતુ અમને બીજું સંતાન ન થયું; અમને પુત્રની ઈચ્છા છે. મારી પત્ની બધી રીતે તંદુરસ્ત છે. પરંતુ ડોક્ટરના કહેવા પ્રમાણે મારા વીર્યમાં ચેતનવંતા જંતુઓ નથી.

વૃષણની આ સૂઝથી જો પુરુષમાંથી ચેતનવંતા જંતુ મરી જતાં હોય તો અમને એક છોકરી કેમ થઇ ?

જવાબ : આ સૂઝણા ધણા નાનપણમાં અને અપકવ યુવાવસ્થામાં થોડાને થાય છે. એ બનતા લગી ગાલ અને કાનની આસપાસ થોડા દિવસ રહે છે. અને આપોઆપ મટી જાય છે. અગર

મીઠું નાખી ભોંયરસો ચોપડવો. મોટા શહેરોમાં રહેનારને હવે આ ભોંયરસો મેળવવો મુશ્કેલ થઇ પડ્યો છે અને જે રોગ સામાન્ય દવાથી (વૈદ્ય ડોક્ટર સિવાય) મટતા તે માટે હવે ચિંતા કરવી પડે છે. આને માટે આપણી સુધરતી (૧) જતી રહેણી કરણી અને ધડી ધડીએ ડોક્ટરને ત્યાં દોડી જવાની ટેવ છે. આ સુઝણા પંદર દિવસ રહે છે,

તમારા વીર્ય જંતુઓ સુઝણા પછી તરતજ નહિ (આ સુઝણાનો ચેપ વૃષણ ઉપર કે અન્ય ભાગ પર ધણા થોડાનેજ લાગે છે, કાંઇ ન મળે તો પીળા કે કાળા માટી મીઠું ભેળવી તે ચોપડવું.) પરંતુ ધીમે ધીમે કમી થતા ગયા અને છેવટે બધાય ખલાસ થયા. આને લીધે તમને એક પ્રજા થઈ ગઇ. તમને હજી ઉત્થાપન થવું શક્ય છે પરંતુ જે વૃષણ આમ મૃત થતા હોય તો તે કમી થશે. પરંતુ ગભરાવાની જરૂર નથી.—કસરત, અંગમહેનત, કુદરતી ચેતનવંતો ખોરાક, ખુલ્લી હવા તમારી શક્તિ થોડે ધણે અંગે ટકાવી રાખશે. અતિશયતા પર ન જશો. સાધારણ માલીશ ઉપયોગી પડશે. વિલાયતી દવામાં Anterior pituitary like hormone તમને માફક આવશે.

અમેરિકના પ્રેસીડન્ટ વોશિંગ્ટનને પણ આવા વૃષણ પર સુઝણા થયા હતા અને તેને અસર થવાથી તે નિઃસંતાન રહ્યા હતા. નેપોલિયનની માફક તેને પણ અમેરિકાનો રાજા થવાનું કહેવામાં આવ્યું હતું પરંતુ તેને પ્રજા ન હોવાને અંગે ના પાડી હતી.

વૃષણની પાછળથી તેને જોડીને ન્હાની ન્હાની નસો આવેલી હોય છે અને આને વીર્ય નળિકા સાથે સંબંધ હોય છે. અને આ નાની નસોને ચેપ અથવા વધુ સુઝ લાગવાથી વીર્ય પર ધીમે ધીમે પણ સચોટ અસર થાય છે અને વૃષણ નાના થવા માંડે છે. કોઇકવાર વૃષણ એકદમ ચીમળાઇ જાય છે. અને બધુંય પુરુષત્વ પરવારી જાય છે. ગોનારીઆ કે સીરીલીસના ચેપને અંગે પણ આમ બને છે. વગર કારણની ચિંતા ન કરશો.

૮૪. સવાલ : ખાંડની અસર પુરુષત્વ પર થાય ? દાંત પર દં. ૮

તેની અસર થાય ?

જવાબ : જેને મધુપ્રમેહ ન હોય તેને ખાંડ (સાફ અને શેરડીની નહિ તો મધ સાફ, ખાંડ કરતા ગોળ વધુ પસંદ કરવા યોગ્ય છે. તમે ચાહ પીતા હો તો સારો ગોળ ચાહમાં વાપરતા જાવ. ગોળમાં પોષક તત્વ વધારે છે. જેમ પક્ષ પાવડરવાળું સૌંદર્ય અને એક ગામડાની ગોરીનું સ્વચ્છ સૌંદર્ય તેવોજ તેમાં ફેર છે.) પુરૂષત્વ વધારે છે. પરંતુ પ્રમાણ વધી જતાં મધુપ્રમેહ થાય કે જંતુ થાય તે ધ્યાનમાં રાખવું. ખાંડ કારબન વધુ પ્રમાણમાં પેદા કરે છે.

ખાંડ કે ગોળ ખાધા પછી મીઠાના પાણીના કોગળા કરી નાંખવા. ખાધા પછી સહજ મીઠું ખાવું અગર લીમ્બું એવી રીતે ચુસવું કે બધા દાંતોને તેની અસર થાય. જમ્યા પછી સાદા સાબુથી (ધોવાના) દાંત સાફ કરવા અને પીઠીયા ઉપર નીચેથી દાખીને ધસવા. શરૂઆતમાં રક્ત નીકળશે; પછી નહીં નીકળે. ત્યારબાદ દુવાલથી દાંત ધસી નાંખવા. બાવળનું કે લીમડાનું દાંતણુ કોઈપણ પાવડર કરતાં સાફ છે. દાંત મજબુત રહેશે.

અતિશય કામી પુરૂષના દાંત ખરાબર હોતા નથી. સડતા જાય છે અને જેનામાં કામશક્તિ સાધારણ પ્રમાણ કરતાં ઓછી હોય તેના દાંત સ્વચ્છ અને સારા ધણે ભાગે રહે છે.

ખાંડનો ખીન્ને ઉપયોગ હમણાં શરૂ થયો છે તે જણાવી દઉં. પ્રસુતિ પીડા વખતે બાલકમાં જેર રહે તે માટે સ્વચ્છ સાકરના પાણીના ઇન્જેક્શનો આપવામાં આવે છે. ખાસ કરીને જે માતાને મધુપ્રમેહ હોય તો આવા ઇન્જેક્શનની ખાસ જરૂર રહે છે. પ્રસુતિ બાદ પણ જે આવી માતાનું બાલક મંદ પ્રકૃતિનું હોય તો સાકરના ઇન્જેક્શનો બાલકને આપવામાં આવે છે. પ્રસુતિમાં Vitamin K પણ આપવામાં આવે છે.

૮૫. સવાલ : લગભગ ૨૮ વર્ષની મારી વય. લગ્ન થયેલાં છે. એક સંતાતિ છે. મારા મુખ પર અને આખા શરીરે રૂંવાટી સ્ત્રીને હોવી જોઈએ તે કરતાં વિશેષ છે. ઇલેક્ટ્રીક ચીપીયાથી હું બાલ

ધણીવાર કાઠી નાખું છું. ખીલ કે નાની નાની ફેલ્લી મુખ પર થાય છે. મારી તંદુરસ્તી સારી છે અને ઋતુસ્થાવ નિયમિત આવે છે. મારા પિતાને સાધારણ રીતે પુરૂષની માફક બાલ છે. મારી માને સુંવાળી ત્વચા છે, સ્ત્રી જેવી જ. મારા પતિને કાંઈ ખાસ વધારે બાલ નથી, સુંદર અને સશક્ત પુરૂષ છે. પરંતુ જરા વધુ પડતા શરમાળ. ધરમાં કોઈ સ્ત્રીઓ મને મળવા આવી હોય તો તે બાથરૂમમાં જતા અતિ શરમાય છે. આ અંગે પિશાબ અને શૌચની રૂઢિચુસ્ત કરે છે. એ તંદુરસ્તીને તુકશાન કરે કે નહિ? કોઈવાર એ ખીર પીએ છે. તેની કાંઈ અસર થાય કે તે સાફ ખરું?

જવાબ : થોડા ધણા માહિતગાર ડોક્ટરો આ માટે 'basic Metabolism' અને 'Enlarged thyroid' નો ઉપાય કરે છે. સ્ત્રી જાતિય પરમાણુ—female sex hormones—estrogenic substance થી આ વધુ પડતા બાલ અને ફેલ્લાઓ નરમ પડી જશે. આ સ્ત્રી સત્ત્વ female sex hormones—estrogenic ની ગ્રંથીની દ્વારા ધણી મોંધી પડશે. કારણ કે તે ધણે ભાગે પ્રાણીઓની માદાની અમુક ગ્રંથી તથા ગર્ભાશયની ઓર અને અમુક સત્ત્વોમાંથી બનાવવામાં આવે છે. અમુક ફળોમાંથી પણ તે બનાવવામાં છે. એવા સ્ત્રીત્વ પોષક ફળફળાદિ, શણગા પુટેલું કઠોળ તમને ફાયદો કરશે. (સ્ત્રીના ગર્ભની ઓર કેટલીક યુરોપની હોસ્પિટલોમાં ભેગી કરી અને તંદુરસ્ત ગર્ભવતીના પિશાબના સત્ત્વનો પણ ઉપયોગ કરે છે. જેને ખચર હોય તે આ દવા ન લે પરંતુ ગ્રંથીઓના સત્ત્વને હિસાબે જેને પોષાય તે ધણા લે છે પરંતુ તેમને એ શેમાંથી બને છે તે ભાગ્યે જ ખચર હોય છે.) ગોમૂત્ર તો પવિત્ર માની ધણા લે છે અને આની પાછળ ધર્મ કરતાં વૈદકનો સિદ્ધાંત વધુ છે. ગાય આપણી ધાર્મિક વ્યવસ્થા અને અન્ય કારણોને અંગે બીજા પ્રાણીઓ કરતાં વધુ સ્વચ્છ હોય છે. કોઈ તંદુરસ્ત અને બને તો શરૂઆતની ગર્ભવતી ગાયનું મૂત્ર બરાબર ગાળી લેવાનું રાખો. (સવાર સાંજ—એ થી ત્રણ ઔસ કે સહેજ વધારે) તમને જરૂર ફાયદો જણાશે. પુરૂષાતનવાળા પુરૂષે સશક્ત અને તંદુરસ્ત (વયસ્ક) ગોધામુત્રનો ઉપયોગ કરવો. આ તમને અને વાયકને વિચિત્ર

લાગશે પરંતુ જાતીય પરમાણુ (સ્ત્રીત્વ અને પુરુષત્વ) વધારવા માટે સારો ઉપાય છે ને સસ્તો. ડોક્ટર Sex hormones નામની Up-to-date આટલીમાંથી દવા કે ઇન્જેક્શન આપશે. તમને ખબર છે (મેં આગળ જણાવ્યું છે) કે કેન્સર જેવા દરેક પોતાના પિશાબ (તંદુરસ્ત હોય તો) અગર આવા ગાય કે ગોધાના પિશાબનાં વારંવાર પોતાં મૂકવાથી સારા થાય છે (પાંચ પાંચ મિનીટે આ પિશાબનાં પોતાં બદલવાં પડે છે.) રેડીયમથી સારા ન થયેલા કેન્સરો આનાથી સારા થયા છે, જે થોડો વખત શરમ બાળુએ મૂકી શકાતી હોય, પોતાની તંદુરસ્તી બરાબર ન હોય તો સ્ત્રીએ પોતાની સખી અને પુરુષે પોતાના મિત્રના મૂત્રનો ઉપાય કરવો. પોતે બીજી રીતે તંદુરસ્ત હોય તો પોતાના જ પિશાબમાં વિજ્ઞાનની દ્રષ્ટિએ ઘણા અમુલ્ય તત્ત્વો હોય છે. આવાજ કાંઇ સત્ત્વોની diethylstilbestrol નામની દવા નીકળી છે અને ફક્ત પીવાની છે.

બાલ પણુ આથી કમી થશે. નહિ તો તેને ખલીચ કરી ઇલેક્ટ્રીક કલીપ શેવરથી કાઢવા સારા, ખેંચવા નહિ. ખેંચતા ફાલ્લીઓ થઈ જશે. અંતે કાંધવાર તે ફાલ્લીઓ ચેપી થતાં ઉગ્ર સ્વરૂપ પકડે છે.

ખીલ કે ફાલ્લીઓ મુખ ઉપર સાધારણ રીતે નવ યુવાન કે યુવતીઓને થાય છે; યુવાનને વધારે. યુવતીને માસિક સ્ત્રાવ વાટે જોમ થોડું ઘણું બહાર પડી જાય છે. સાધારણ રીતે સ્વચ્છ કપડાથી ખીલ થતાં તેને થોડે થોડે અંતરે દાખીને રક્ત કે સફેદ પદાર્થ કાઢી નાંખવાથી તે બહુ કમી થઈ જાય છે. અને વારંવાર થતા નથી. નાના મોટા દરેક દિવસમાં બે વાર તેવા ખીલો કે ફાલ્લીઓ દાખીને નરમ કરવા. ઘણું ભાગે નાકની આસપાસ અને ઉપર તે વધુ રહે છે અને નાક ઉપરથી અને તેની આબુઆબુની જગ્યા આમ ખીલ ના હોય છતાં પણુ જો દાખી અને સફેદ પદાર્થ કાઢી નાંખ્યો હોય તો ખસ કે ફાલ્લી ભાગ્યેજ થશે. ગાલ કે હડપચીની આસપાસ પણુ આમ દાખી તે કાઢી શકાય છે. પરંતુ આવી વધુ પડતી ચિકાશ કે પદાર્થ નાક પાસેથી દાખીને રોજ કાઢવાથી આ ભય કમી થઈ જાય છે. ઇન્જેક્શનો આ માટે અપાય છે. રીંગોલ નામની દેશી દવા ખીલ વગેરે માટે

સારી આવે છે. વિલાયતી કરતાં અનુભવી દેશી દવાઓ સારી હોય છે. તમને ઋતુઆવ નિયમિત છે એટલે તમને ખીજી ખાસ કાંઈ દર્દ નથી અને તમને જલદી અસર થશે. આ ઉપરાંત ઋતુઆવના દિવસો છોડી શરીરના દરેક અંગને કસરત, સારી હવા અને પ્રકાશ આપતાં રહો.

તમારા પતિએ ખોટું શરમાળપણું ખંખેરી નાખ્યું જોઈએ. પહેલું સુખ તે જાતે નર્ચા. ખાસ કરીને મોટા શહેરોમાં સ્ત્રી અને પુરુષ બન્નેને આ શરમાળપણું રહે છે. પરંતુ તે હદ ઉપરાંત લઇ જવાની જરૂર નથી. સંડાસ કે બાથરૂમની તપાસ કરવી જ, નહિ તો આંતરડા અને મૂત્રાશય બન્નેને અસર થશે અને છેવટે અનારોગ્ય ધરમાં મૂળ નાંખશે અને તેને બહાર કાઢવું મુશ્કેલ પડશે. બંને ત્યાં સુધી ધરમાં ડોક્ટર કે વૈદ્યને પેસવા દેવો નહિ. તેના ધરમાં દાખલ થયા પછી રોગ વધતોજ જાય છે અને તે કાંઈને કાંઈ મોટા નામ આપી દરદીને ગભરાવી મૂકે છે. તમારા પતિને કહો—દાખીને—કે તેમને શરમાળપણું ખંખેરી નાંખ્યું. ધણાને આ નૈસર્ગિક હાજતો રોકવાની ટેવ હોય છે—એક કે બીજા કારણને અંગે—તેમને તે તરતજ છોડી દેવી. માનસિક મજબુતાઈ કેમ નથી ?

ખીર, તાડી વગેરેથી પિશાબ વધારે થાય છે અને દવા તરીકેના ઉપયોગ સિવાય આનો ઉપયોગ કરવો સારો નથી.

સવાલ ૮૬:—ગ્રોહ વયનો હું પુરુષ છું અને મને વારંવાર પિશાબ થાય છે. ઇલેક્ટ્રોક ટ્રીટમેન્ટ લઉં છું. આ ઉપચાર બાદ મારું વીર્ય સહજ લાલ માલમ પડે છે.

જવાબ ! આ વીજળીનો ઉપચાર ગ્રોસ્ટેટ માટે કોઈ ડોક્ટરો પસંદ કરતા નથી. એક કારણ કે ગ્રોસ્ટેટ પાસે ધણા બીજા નાણુક અવયવો અને ગ્રંથીઓ રહી છે. છતાંય આ ઉપચાર તમારે જાતે ન કરવો. અનુભવી ડોક્ટરને હાથેજ થવા દેવો. કારણ કે વધુ પડતી ગરમીથી ત્રાસ થવા સંભવ છે. વીર્ય લાલ દેખાવનું કારણ વધુ પડતી ગરમીને અંગે વીર્યવાહિની નળીની અંદરની કોઈ રક્તવાહિનીને સહજ

ધન થવાનું કારણ છે ડોક્ટર તે કહી શકશે. તો આ વીજળીના ઉપચાર બંધ કરો. આરામ લો. અને ધણે ભાગે કુદરતી રીતેજ તે રકતવાહિની સંધાધ જશે,

આ ઉપરાંત વારંવાર થતા પિશાબ માટે આગલા પ્રશ્નોના જવાબ વાંચી જવ.

તમને નાનપણમાં વારંવાર પિશાબ રોકવાની ટેવ હોય તો મુત્રાશય સહજ મોટું થઈ જાય છે અને બધો પિશાબ બહાર નીકળતો નથી અને વારંવાર ધ્રુષ્ટ થાય છે. મોટી વયે પણ પ્રોસ્ટેટના પુલાવા બાદ મુત્રાશયમાં થોડો ધણો પિશાબ રહી જાય છે અને વારંવાર ધ્રુષ્ટ થાય છે. તે માટે યોગ્ય ઉપચાર પાછલા પ્રશ્નમાં જણાવ્યા પ્રમાણે કરવો.

તમારી વય મોટી છે અને કાઠવાર મોટી વયે વૃષણ ધીમે ધીમે નાના થવા માંડે છે કે ચીમળાઈ જાય છે ત્યારે પણ કાંઈ પીડા થાય છે. જેમ સ્ત્રી લાંબો વખત કુમારી રહેવાથી તેનું ગર્ભાશય ચીમળાઈ જાય છે અને સ્ત્રીત્વના અંશો થોડો ધણે અંશે ગુમાવે છે તેમ પુરુષને પણ આવા લાંબા બ્રહ્મચર્યથી વધતી વયે વૃષણ ચીમળાવા માંડે છે અને પ્રોસ્ટેટને પણ અસર થાય છે. કુદરતને કુદરતી રસ્તે યોગ્ય રીતે જવા દેવી સારી છે,

સવાલ ૮૭ : મારા વૃષણ લટકી પડ્યા હોય એવા ઢીલા થઈ ગયા છે. હસ્તદોષથી એવું થાય છે ?

જવાબ ! વૃષણ ઢીલા હસ્તદોષથી પણ થાય. કાંઈ લાત વાગે કે વૃષણને ધક્કો લાગે તો ધણે ભાગે વીર્ય નળિકા સહજ પુલી જઈ ઢીલી થઈ જાય છે અને વૃષણ ઢીલા થાય છે અને સહજ મોટા દેખાય છે. લંગોટ પહેરેલો રાખવો સારો. આપોઆપ ઠીક થશે. ગરમ ઋતુમાં આવી કાંઈ અસર હોય તો જરા ત્રાસ થાય છે પરંતુ આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે લંગોટ કે સહજ ખરફના ભુકાનાં પોતાં મૂકવાથી ઠીક થઈ જશે. હસ્તદોષની ટેવ કે સંયોગ વખતે વૃષણ લાંબો વખત અદ્ધર રહે તેવા આસનોનો ઉપયોગ ન કરવો, અતિશય દર્દ કે વધુ સોજા

સિવાય શસ્ત્રક્રિયાની જરૂર પડતી નથી,

સવાલ ૮૮: ૨૧-૨૨ વર્ષની ભારી વય. પરંતુ કોઈ યુવાન કે સુંદર સ્ત્રીને જોતાંજ ગાલ પર લાલી ચઢી આવે છે અને શરમ લાગે છે. એટલે સ્ત્રીઓમાં બળતોજ નથી અને દૂર રહું છું. કાલેજમાં પણ તેવું થાય છે એટલે છોકરીઓથી દૂરજ રહું છું. કામવાર છોકરીઓ ભારી મશ્કરી કરે છે.

જવાબ—હદ કરતાં પણ તમે તો વધુ શરમાળ—બાપલા કહું તો હરકત નહિ—નીકળ્યા. પુરુષ છો. શૌર્ય અને હિંમત રાખી ગમે તેવો પ્રસંગ પાર પાડવો. પત્થરમાંથી પાણી કાઢવાનું પુરુષનું કામ છે. આવું શરમાળપણું—સ્ત્રી સુલભ લજ્જા કેમ ચાલશે ? સભા મેળાવડા કે ઘરમાં (એકાંતમાં નહિ) થોડે ઘણે અંશે મર્યાદાથી સ્ત્રીઓ જોડે મળતા રહેા અને વાતચીત કરો. Shake of that blushing nature and unnecessary self-consciousness. ચોપડીઓ વાંચવાથી આ દુરસ્ત નહિ થાય. સારા યુવાન અને પુરુષો જોડે છૂટથી અને છટાથી યોગ્ય વિષય પર વાત કરતા થાવ. આથી પણ લજ્જા ઘટશે. લજ્જા સ્ત્રીનું ભૂષણ છે, પુરુષનું નહિ. Be brave. બહાદુર બનો.

હા, પરંતુ ખોટી રીતે નહિ. એક અતિશય લજ્જાળુ પુરુષને એક સુંદર યુવતી વારંવાર ચીઢવતી હતી એટલે એ ભાઈનું ખૂન (રક્ત) મસ્તકે ચઢ્યું અને એક દિવસે તેને ફરવા જવાનું આમંત્રણ આપ્યું. બાપલાની શી બીતિ ? સમજી તે બંને દુર નીકળી ગયાં. વચ્ચે વચ્ચે તે યુવતી મશ્કરી કરતી રહી. પેલાએ ના કહી, છતાંય ન માન્યું અને ભાઈએ એકાંત જગ્યાનો લાભ લઈ તે યુવતિ પર બળાત્કાર કર્યો, મામલો કોર્ટે ગયો અને બંનેની બેઈજ્જતી થઈ.

પુરુષે પોતાપણું-પુરુષત્વ-રાખવાનું છે, એક સ્વતંત્ર આઝાદ પ્રજા તરિકે સંગઠન કરવાનું છે. શૌર્યવાન કાયદેસર નિયમિત સંતતિ આઝાદી ઝંખતી ઉત્પન્ન કરવાની છે. લજ્જા રાખવાની નહિ પરંતુ સમાજના નિયમો તો પાળવાના જ. હિંમતવાન થવાનું પણ આક્રમણકારી નહિ.

૮૯. સવાલ : માનસિક ચિંતા પુરુષની કામશક્તિને વધારે કે ઘટાડે ? કોઈ પુરુષ અતિ નાણાંભીડ વખતે પણ શા માટે શરાબ અને વેશ્યાનો સાથ શોધે છે અને વધુ પાયમાલ થાય છે ?

જવાબ : વિચારશક્તિને અંગેજ માનવી પશુથી ભિન્ન પડે છે અને જેમ જેમ સંસ્કૃતિ વધતી ગઈ તેમ તેમ તેની વિચારશ્રેણી વધતી ગઈ. એ સાથે વિચારમાં ઉચ્ચતા અને નીચતા બન્ને આવ્યાં. દરેક સ્ત્રી કે પુરુષ પર વિચારની થોડી વધતી અસર થાય છે. કોઈ બેહદ દુઃખમાં માનસિક રીતે મજબુત બનતો જાય, કોઈ તેને હસી કાઢી સામનો કરતો જાય, કોઈ જરા દુઃખથી ડરી જાય, કોઈ તેનો ઝટ નીવડો લાવી નાંખે, જ્યારે કોઈલાથી તે અશક્ય બની જાય.

કેટલાયે સ્ત્રી-પુરુષો દુઃખમાં હિંમત હારી જઈ ન કરવાનું કરી બેસે છે. આપણા દેશોમાં પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓ આ વખતે વધુ હિંમત બતાવી ગયાનાં દ્રષ્ટાંતો છે. આર્થિક હાનિને કે કોઈ ગમખવાર બનાવ ભૂલવાને અંગે કેટલાય પુરુષોએ (યુરોપમાં સ્ત્રીઓએ સુદ્ધાં-હિન્દુસ્તાનમાં તેવી રીતે વ્યભિચારી કે દારૂબાજ બનતી સ્ત્રીનું પ્રમાણ ઘણું કમી છે.) શરાબ અને સુંદરીનો સાથ લીધાનું જણાય છે. કેટલાક કલંકથી ડરી દૂર દેશાવરમાં જાય છે અગર રમતગમતોમાં જીવન ગાળે છે. આ મનુષ્યની માનસિક શક્તિ પર આધાર રાખે છે. આપઘાત તો થોડાજ આખરના ડરથી કરે છે.

થોડા વખત પરની વાત છે. એક શ્રીમંત ઝૌઢ અને નામાંકિત પુરુષે સદામાં પૈસા ગુમાવ્યા. તે નીતિમાન પુરુષ હતો. પરંતુ આ નુકસાન (પૈસા અને આખર) ભૂલવા તે ગરીબ સ્ત્રીઓને પૈસાની લાલચ આપી વ્યભિચાર કરવા લાગ્યો અને આમ ઘણી સ્ત્રીઓ જોડે સંબંધ કરવા લાગી તે દુઃખનો વિચાર ભૂલતો ગયો. નસીબે પાછી ચારી આપી અને તે સુધરી ગયો.

બીજો એક વ્યાપારી આવી જ રીતે પરસ્ત્રી અને વેશ્યાગામી બન્યો અને વારંવારના સહવાસના અંગે તે શક્તિ ગુમાવી બેઠો. રોગનો ભોગી બન્યો અને છેવટે તેમાંજ મર્યો. છેવટે તે લોક દયા

પર જીવતો. ભૂતકાળમાં તેને ધર્માંદા અને સારા કાર્યો પણ કર્યા હતાં અને તે યાદ કરી લોકો તેને મદદ કરતા.

તમને ખબર છે કે કેટલાક રાજદ્વારી નેતાઓ પણ સંસારને જીલવા રાત્રે શરાબ અને સુંદરીમાં મસ્ત રહે છે.

સાધારણ રીતે પણ થાકીને લોથ થઈ આવેલો પુરુષ પોતાની પત્નીની ભુજામાં અને કામથી કંટાળેલી સ્ત્રી પોતાના પતિના ભુજપિંજરમાં સધળું દુઃખ ભૂલી જાય છે.

પૈસા મેળવવા મથતો પૈસાવાળો આર્થિક ભાંજગડમાં પોતાની પત્નીને ભુલે છે. આર્થિક રીતે સુખી ગણાતા પુરુષોમાં જન્મ પ્રમાણ કમી હોય છે. આજના જમાનામાં તેમને જાત જાતનાં મન અને દિલ બહેલાવવાનાં સાધનો હોય છે—રેડીઓ, સીનેમા, કલબ, હોટેલ. તેમાંથી કોઈ ગડબડી જાય તે બાબતે મૂકો. જ્યારે માનસિક રીતે કે પૈસેથી દુઃખી સ્ત્રી પુરુષો કયાંય લાગ્યે જ જાય છે અને એકબીજાના દેહ-મિલનમાં જ આનંદ પામી પ્રજા વધાર્યે જાય છે.

લગ્ન જોવા વખતમાં પણ—જીવ્યા ત્યાં સુધી તો ભોગવી લ્યો એ ન્યાયે—વ્યભિચાર વધતો જાય છે અને એકંદરે આજનો બોંબમારો બાબુએ મૂકો—વસ્તી વધુ જલદીથી વધે છે. યુરોપ અમેરિકાના સુધરેલા કહેવાતા દેશોમાં સંતતિનિયમન અને ગંદા એપી સેગો વસ્તી-ધટાડવાનાં કારણો રહે છે. કાલે મરવા જવાનું છે, આજે આનંદ લુંટાય એટલો લુંટી લો, એવા સૈનિકાની સંખ્યા કમી નથી.

આ ઉપરાંત ઋતુઓ, આસપાસનું વાતાવરણ, દેખાદેખી, શારીરિક પરિવર્તન (ઋતુસાવ સ્ત્રીઓમાં) મધ્ય વય, કે નવીન યુવાની વગેરે કામચકિતને અસર કરે છે.

૯૦. સવાલ : મારી ૨૧-૨૨ વર્ષની વય. મારા ડાબા વૃષણમાં એક જાતનો સખત પદાર્થ ઉપરના ભાગમાંથી ઉતર્યો હતો. તે થોડો વખત રહે છે અને પાછો જતો રહે છે. એમ વારંવાર બને છે. તેથી મને ત્રાસ થાય છે પરંતુ ખાસ દુઃખાવો થતો નથી. ડોક્ટરને બતાવતાં શરમ લાગે છે, મારાં લગ્ન થયાં નથી. કોઈ કુટેવને અંગે

તો આમ નહિ હોય ? કુટેવને અંગે સ્ત્રીથી હું દૂરજ રહું છું અને યોગ્ય પતિ થઇ શકીશ કે નહિ તેની ચિંતા રહે છે. માઈ ગુપ્તાંગ નાનું છે એમ મને લાગે છે અને સ્ત્રીને હું સંતોષ નહિ આપું-બળવાન પુરૂષ પ્રત્યે જ સ્ત્રી પ્રેમ કરે ને ! બીજું માઈ માથું મોટું હોવાને અંગે મને એમ બીતિ કે પ્રસુતિ વખતે સ્ત્રીને શસ્ત્રક્રિયા કરવી પડે. કામમંદતા માટે કાંઈ દવા છે ?

જવાબ : તમને વૃષણની ઉપર કાંઈ વાગ્યું હશે, અગર ડાબા વૃષણની ઉપરના ભાગને જોડતી નસ જે રસ્તે શરીરના ઉપરના ભાગ પર જાય છે તે રસ્તાના સ્નાયુઓ ઢીલા થઇ ગયા હશે એટલે ઉપરની નસોનો લોચો થોડે ધણે અંશે વૃષણમાં નીચે ઉતરી જાય છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં નસોના ઢીલાપણાને અંગે આમ થાય છે. આ વધુ બનવા જોગ છે, અતિશય હસ્તદોષની ટેવવાળા અને ખાસ કરીને જેના વૃષણ વધુ ઢીલા હોય તેને આમ થવાની બીતિ ખરી. જે બોલ કે કાંઈ સખત પદાર્થ તમારા વૃષણને વાગ્યો હોય તો સુઝ થોડા દિવસ આવે છે અને મટી જાય છે. એમ ચાલ્યા કરે છે. (It may be testicle, it may be hernia, it may be too great opening if the inguinal cural and last but its least a tumour) સારા ડોક્ટરને બતાવો નહિ તો આગળ જતાં હેરાન થશો.

હું આગળ જણાવી ગયો છું કે નાનું મોટું પુરૂષાંગ પ્રજોત્પત્તિની આડે આવતું નથી કે નથી દંપતીસુખની આડે આવતું. પતિપત્નીનાં અંગે હદ દકા એકબીજાને થોડાજ દિવસમાં અનુકુળ માલમ પડે છે. Reaching the climax in the female does not depend on the length of the male organ but on the length of time the man can continue without ejaculation or discharge. The diameter in the matter of exciting the sensitive, is more important than length except in case of some women long married the size is not usually important. More women are scared of long organs before marriage

then hoping for them. A virgin parts are very small, but will gradually adjust to her husbands.

આ ઉપરથી તમને સમજાયું હશે. તમારું માથું મોટું છે એટલે બાળકનું મોટું થાય એ સંભવ છે. પરંતુ તેથી કાંઈ ઓપરેશન કરી પ્રસુતિ કરાવવી પડે એવું કાંઈ નહિ. એ ક્યારે બને છે કે સ્ત્રીના તે ભાગના (પ્રસુતિ માર્ગોના) હાડકાં જોઈએ તે કરતાં સાંકડાં અને સખત હોય ત્યારે જ. અગર પરરાષ્ટ્રીય અતિ કઠાવર પુરુષ અન્ય રાષ્ટ્રની નીચેના કદની સ્ત્રી જોડે સંબંધ કરે (જ્યાં જ્યાં બંધારણમાં ફેર હોય ત્યાં આમ બને છે બાકી નહિ) તો કાંઈ શસ્ત્રક્રિયાની જરૂર, બાકી નહિ. કુદરતી રીતે પ્રસુતિના છેલ્લા મહિનામાં પ્રસુતિમાર્ગ (birthcanal) ની આબુઆબુનાં હાડકાં કુદરતી રીતે જ એકદમ નરમ (flexible) થઈ જાય છે અને પ્રસુતિ બાદ પાછા થોડા સમયમાં પૂર્વવત થઈ જાય છે.

તમારે નકામી ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. કુટોબ બંધ કરી લગ્ન કરી નાંખો. સંતતિની ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. પત્નીને બરાબર પોષણ અને આનંદ મળે તે માટે શરૂઆતનાં થોડાં વર્ષ સંતતિ નિયમન કરવું સારું છે. હિંદને આજે સુદૃઢ અને સ્વાતંત્ર્યપ્રેમી પ્રજા જોઈએ છે. પછી ભલે થોડી હોય. ૪૦ ની ૨૦ કરોડ વસ્તી થયે ચાલશે.

જાતીય આવેગ વધુ હોય તો Soltepetre, Potassium mitrati or bromide (10 to 30 grains) થોડા દિવસ માટે લેવાય છે. કાયમ નહિ. શરીરના કાંઈ પણ અંગને મંદ કરવા જતાં કે ઉત્તેજના લાવવા જતાં આખા શરીરને ધકકો ખેસે છે, લિંગ કે યોનિ અને આબુઆબુના ભાગો ઠંડા પાણીથી બે ત્રણવાર દિવસમાં ધોવાથી અને મસ્તક પર ઠંડુ પાણી રેડવાથી શાંતતા રહેશે. તમે લંગોટ પહેરવાની પણ ટેવ રાખો.

૯૧. સવાલ : હું ચિત્રકાર વિદ્યાર્થી છું. યુવાન વય છે. નગ્ન સ્ત્રીના ચિત્રો કે પ્રતિમાઓ (Model) વગેરે જોતાંજ મને ઉત્તેજના

અને સહજ વીર્યપાત થાય છે. અગર તેવો વિચાર કરું તો આવી ઉ-તેજના વખતે દીર્ઘશંકાએ જવાની પણ ઇચ્છા થાય છે. હસ્તદાપ એટલે શું ? (Masturbation) અને ધણુને કેમ તે કુટેવ પડે છે ?

મેં કાંઈ સ્ત્રી જોડે સંબંધ કર્યો નથી પરંતુ મારા પગના થાપા પર થોડા મહિનાઓ પર ખજવાળ આવી એ પર લાલ ફાલ્લીઓ થઈ હતી અને પછી મટી ગઈ હતી. સખત લંગોટ કે કપડાં પહેરવાથી તે થાય ખરું ?

મારા એક મિત્રને એક છોકરી જોડે સંબંધ થઈ ગયો. લિંગના સાંધણુની ત્વચાને સહેજ કાપ પડ્યો. ત્યારબાદ તેને ફાલ્લીઓ થઈ પરંતુ તે મટી ગઈ અને પાછી દેખાઈ. ડોક્ટરે આગળની ત્વચા કાપી નાખી કાંઈ ચેપી રોગ કે એવું કાંઈ નથી તેની તપાસ કરી લીધી છે. સંબંધ બાદ કાંઈ સ્ત્રીપુરુષોને સહજ દર્દ કે નિરાશા કેમ થાય છે ?

જવાબ : તમારે પોતાને સંયમ રાખવાની અને અમલમાં લાવવાની જરૂર છે. ઉ-તેજના થવા દેવી નહિ. બિજાત્સ ચિત્રો કે સાહિત્ય કે તેવા સીનેમાથી દૂર રહેવું. પ્રતિક નગ્ન હોય તો ઉ-તેજના થાય એવું કાંઈ નહિ. વારંવાર જોવાની ટેવ પછી તે બંધ થઈ જશે અને છતાં ન થાય તો તમારે માટે આ અભ્યાસ નકામો છે. તમને ખબર છે કે પરદેશોમાં પ્રતિક તરિકે કાંઈ સુંદર બાંધાદાર યુવતીનેજ ઉભી રાખવામાં આવે છે. ધંધાની દ્રષ્ટિએ જોતા જાવ, કામુકતાની નહિ. જગતમાં દરેક વસ્તુ જોઈએ તે ગમે તેટલી ઇચ્છા કે શક્તિ છતાંય આપણી કરી શકીએ નહિ. તમે તો કોલેજમાં ભણતાં યુવાન છો. મા-બાપે છોકરો ભવિષ્યમાં આગળ વધે માટે તમને કોલેજમાં મૂક્યા. એટલે તમારે થોડાં વર્ષો સંયમમાં રહી, તમારા માતા-પિતાની ઇચ્છા અને તમારું ભવિષ્ય સુધારવું રહ્યું. તમે સાધારણ સ્થિતિના હો તો શ્રીમંતના છોકરા છોકરીઓને જોઈ રખે તેવા ખર્ચમાં પડતા. દરેક માણસ કાંઈ મોટર વસાવી શકે નહિ. ધ્યેય જરૂર હંમેશાં જાંચું હોઈ શકે અને તમે જીવનમાં સફળ થશો તો બધું મળી રહેશે. હમણાં તો કરકસર, કાટ અને સંયમ રાખવાં રહ્યાં.

આંતરડાની સેતજ નળીકાઓ અને જાતીય આવેશની ચેતન નળીકાઓ બંનેને કરોડરજ્જુના નીચેના ભાગ સાથે (જેને મગજ સાથે સંબંધ છે) સંબંધ છે એટલે કોઈને તે વખતે દીર્ઘશંકા કે લઘુશંકાની પણ વધુ ધ્યાન થાય.

હસ્તદોષ એટલે સ્ત્રી પુરુષે કુદરતી સંબંધ છોડી કૃત્રિમ રીતે હસ્ત કે અન્ય કોઈ સાધનથી વાસના શાંત પાડવા પ્રયત્ન કરવો. એટલું ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે જે કે અલ્પતાથી ખાસ નુકશાન થતું નથી પરંતુ એ કુટેવ તે કુટેવ જ છે અને વધુ સમય જતાં લિન્નલિંગી તરફનું આકર્ષણ કમી થાય છે અને કુદરતી સંબંધમાં જોઈએ તેવો આનંદ મળતો નથી. અને તે સંબંધ બાદ પણ હસ્તદોષની ધ્યાન રહે છે. આને લીધે કેટલાક મ્હોટી વયનાને પણ આ ટેવ રહે છે—જે કે સંતોષકારક સંબંધ કરી શકે છે.

સંબંધ બાદ સહજ દર્દ કે નિરાશા (સુરતાંત વૈરાગ્ય શું આટલું જ ! આટલા માટે આ બધું !) કોઈને થાય છે. અશક્તિને અંગે દર્દ થાય તો સંબંધનો ગાળો વધુ રાખવો. બાકી તેનાથી ગભરાવાની કાંઈ જરૂર નથી. સુરતાંત નિરાશાનું એ કારણ છે, પુરુષને એમ લાગે છે કે નકામે વીર્ય વ્યય કર્યો, સ્ત્રીને લાગે છે શા માટે આ બધી ભાંજગડમાં પડી.

તમને જે ફાલ્લી છે તે ચેપી નથી. તે બાલતોડ કે સખ્ત કપડાને અંગે કે કપડાના લાલ ડાઘને અંગે સંભવે છે. સહજ મલમ લગાડો. ખરજવું કે કાંઈ નથી. તેનો મલમ જુદો આવે છે.

કોઈવાર સંબંધ વખતે લિંગની ત્વચા તણાવાથી સહજ કાપ પડે છે. તે વખતે તરતજ પરમેંગનેટ પોટાશ કે કારબોલીક સાબુથી સાફ કરવું હતું અને થોડા દિવસ તેમ કરવું હતું અને તમારા મિત્રે તેટલો સમય સંબંધથી દૂર રહેવું હતું.

મારા ધારવા પ્રમાણે રક્ત અમુક ઠેકાણે બાકી જવાને કારણે તે છે. તે પાણી કે પ્રવાહી નીકળી જતાં મટી જાય છે. ચેપી નથી. સહજ બામ કે કોઈ સારો મલમ ચોપડવાથી પણ ફાયદો થશે. ચેપી

રોગ ધણા ભાગે થોડા દિવસમાં જ સારો ડોક્ટર જાણી શકે છે. અને તે આમ થાય નહિં રોગ કરતા ચિંતા મનુષ્યની શાંતિ અને હિંમતનો વધુ નાશ કરે છે.

દર. સવાલ : ૨૨ વર્ષની મ્હારી વય. ચારથી પાંચ વર્ષથી મ્હોઢા પર ખીલ થયા કરે છે. ખીલના ડાઘ શીળી થઈ હોય તેવા થઈ જાય છે. સારાસારા ડોક્ટરના અભિપ્રાય અને દવા કામમાં ન લાગ્યાં એક મિત્રના કહેવાથી વેશ્યાને ત્યાં ગયો કે ત્યાં જવાથી ખીલ નાબુદ થાય પણ કાંઈ ફરક ન પડ્યો. મ્હારે શું કરવું, મને આમ થવાનું કારણ શું? આ ઉપરાંત મ્હને રાત્રે સ્વપ્નદોષ થઈ મૂત્ર નળીમાં બળતરા થાય છે મહિને બેમહિને એકાદ વાર જ બળતરા થાય છે. પણ તે ૧૦-૧૫ મીનીટ રહે છે. અને આખા અંગમાં પાણી પાણી થઈ જાય છે. કાંઈ ગરમી તો નથી ને?

જવાબ : ઉત્તર ટુંકમાં જણાવું છું. કેટલાકને આનુવંશિક (માતા કે પિતા કે તેમના વડીલ તરફથી) ખીલ હોય તો તે અમુક મુદત બાદજ કમી થાય છે. યુવાની આવે ત્યારે ધણાને ખીલ નીકળે છે અને તે દાખીને પાણી કે રસ કાઢી નાંખતા અને વારંવાર ગાલ કે નાકની ઉપર કે આસપાસ દાખવાથી આરામ રહે છે. અને ત્યારબાદ પણ સહેજ સાજ રસી નીકળે છે. અને તે કાઢી નાંખવાથી આરામ રહે છે. રીંગોલ નામની દવા તેના પર ધસવાથી આરામ થશે અગર ૧૫, ડંકન રોડ પર જુના ગોરાગાંધીને ત્યાંથી સારાં દેશી વસાણાં મળતાં હોય તો તેમને પૂછી લેપ લગાવો. જમીને હાથ ધોઈને તે હાથ મ્હોટે ફેરવવાથી પણ ફરક પડશે. વેશ્યા કે કોઈપણ સ્ત્રી સાથેનો સંબંધ ખીલ મટાડશે નહિ. ઉલ્ટું રોગી સ્ત્રીનો ચોપ લાગવાનો તમને સંભવ છે અને કદાચ તમારા પાછલા વર્ણન પરથી લાગ્યો પણ હોય તો તમારે ચોપી રોગના અનુભવી અને અને ખીન લોભી ડોક્ટરને બતાવી, તમને રોગ નથી તેની ખાત્રી કરાવવી રહી. બળતરા ધણા કારણોને અંગે થાય છે. તમારી નાની વયે ધણાં ભાગે પ્રોસ્ટેટ તો નજ હોય માટે Wasserman Test લેવડાવો અન્ય કોઈ પિશ્ચાત્તનું દર્દ હોય, પથરી વગેરે તો તે વધુ પાણી પીવાથી કે તાજો નીરો—તાડી—પીવાથી

(શરૂઆતનું હોય તો) સાફ થઈ જશે અને તે બેગો કદાચ ખીંજે રોગ નાશુદ્ધ થઈ જાય પણ તે ચોક્કસ કહેવાય નહિ. ચેપી રોગની પહેલાં અને તરત ખાત્રી કરી લો અને ત્યાર બાદ ખીંજે ઉપાય અજમાવો.

સ્વપ્નદોષ માટે ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. યુવાન છોકરાઓને થોડા દિવસને અંતરે તે શક્ય છે. સારા વિચાર અને વાંચનથી સંયમ આવશે. છતાંય અશક્ય લાગતું હોય તો તમારા માતા પિતા કે વડીલોને વિનંતી કરી લગ્ન કરી સાંરી વયમાં આવેલી ગૃહિણી ઘરમાં લાવો. તેના સુખી પ્રેમ અને સારવારથી તમને ઠીક લાગશે. પરંતુ ચેપી રોગ હોય તો તે સંપૂર્ણ ઠીક થયા બાદ જ લગ્ન કરવાં. નહિ તો સંસાર ખારો કરી નાંખશો. પત્ની એ તો જીવન સહચારિણી છે અને એ જીવન સાહચર્ય સારી રીતે માણવા માટે બંનેએ સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત અને આનંદી રહેવાની જરૂર છે. જતી આવતી સ્ત્રીઓને જોઈ સંયમ ગુમાવવો નહિ. ઘણા પુરૂષની વૃત્તિ તે તરફ જાય છે. પરંતુ દરેક સૌંદર્ય એકના હાથમાં ન જ હોય શકે. આખલો જેમ રસ્તે જતી આવતી ધાસની ગાડીમાં મોઢું ધાલે છે તેમ પુરૂષ ન કરી શકે. આખલો તો પશુ છે. બીજી વાતમાં પોતાને સુસંસ્કૃત અને સદાચારી કહેવાવા માંગતો પુરૂષ આમાં પણ તેમ કરી શકે—અને કરવું જોઈએ. એ અંગે સમાજ છે. નગ્નવાદ તો જંગલી લોકોમાં છે અને તે પ્રમાણે સુસંસ્કૃત સમાજ ન કરી શકે અને તેમ થાય તો સમાજવ્યવસ્થા ભાંગ્યેજા ટકી શકે. એટલે સંયમની જરૂર રહી.

૯૩. સવાલ : એક ભાઈ એક પત્રમાં ઘણા પ્રશ્ન પૂછી નાખે છે;—

“એક યુવતી જણાવે છે કે મને આશરે ત્રણથી ચાર વર્ષો થયાં દિવસના અગર રાત્રિના વગર સંગમે ધાત જાય છે. એ કહે છે કે હાલ સંગમની જરૂર પણ નથી. આમ થવાનું કારણ ચાહથી (Tea) છે એમ માની ચાહનો પણ ત્યાગ કર્યો પણ કાંઈ ફરક ન પડ્યો.

(૧) આમ થવાનું કારણ શું ?

(૨) આ હાનિકર્તા ખરું કે ?

(૩) આને અટકાવવાનો ઉપાય ? વય વર્ષ ૧૬. લગ્ન કર્યાં છે. આગળ બ્રહ્મચારિણી.

એક યુવાન જણાવે છે કે સ્ત્રી સંબંધમાં મને થોડીજ ધાત (વીર્યપાત) જાય છે. અને કોઇ વખત રાત્રિના સમયે વધુ પ્રમાણમાં જાય છે.

(૧) આનું કારણ ? (૨) ધાત જતી અટકાવવાનો ઉપાય ?

જવાબ : સ્ત્રીને ધાત જતી નથી. સંયોગ વખતે કે ઉશ્કેરાટ વખતે અમુક જાતનો સહજ પ્રવાહી છુટે છે પરંતુ તે બહાર પડતો નથી. મને શક છે કે તે યુવતીને હસ્તદોષની ટેવ નાનપણમાં હશે, અગર કોઇ પણ અન્ય કારણને અંગે તેનામાં કંઠાઇ Frigidity આવી ગઇ છે.

પ્રેમમાં સાધારણ ગરમી કે અર્ધો પ્રેમ અને અર્ધો તિરસ્કાર જેવું કંઈ હોઈ શકતું નથી જે પુરુષ પોતાની પત્નીને પ્રેમના ઉમળકા સાથે આલિંગન આપી શકે નહિં અથવા આલિંગન આપતાં જેનો પ્રેમ જાગૃત થાય નહિં તેને માટે પત્નીને માન અથવા પ્રેમ ઉત્પન્ન થઈ શકે નહિં. જે પત્ની પતિના આલિંગનમાં પ્રેમ અને સંતોષ ન અનુભવી શકે તે પતિ માટે માન કે પ્રેમ કંઈ ધરાવી શકે નહિં એ તો રગશીયા ગાડા જેવો સંસાર

સ્ત્રી સંબંધ એટલે હેવાનીયત નહિ. સ્ત્રીને પ્રેમથી તે માટે તૈયાર કરવી જોઈએ. જેમ કે આલિંગન—મર્દન વગેરે. આનાથી વધુ સ્પષ્ટ ન કહી શકું. એ યુવતીને સફેદ કે પીળાશ પડતો પ્રવાહી જતો હોય તો સારા વૈદ્ય या ડોક્ટરને બતાવી ઇલાજ કરો. તે સ્ત્રીની પોતાની સંપૂર્ણ માહિતી વિના કંઈ પણ અભિપ્રાય આપવો ખુશ્કેલ છે. પોતાના ભાગો તે દિવસમાં પરમેંગનેટ પોટાશના લોશનથી સાફ રાખે. અને કંઈ માનસિક પરિણામ હોય તો દૂર કરે. સાધારણ રીતે એક કે બે નાની પ્યાલી ચાહથી નુકશાન થવા સંભવ નથી, છતાં ન લેવી સારી. ચાહથી એ યુવતીને કંઈ નુકશાન થતું

નથી. એ યુવતી પાસે ચાર વર્ષનો એનો સંપૂર્ણ રોગનો ઇતિહાસ (માસિક આવની હકીકત સુદ્ધાં) અને લગ્ન જીવન માલમ પડે તો જ ખરો માર્ગ કે દવા બતાવી શકાય. ઘણીવાર કાંઈ હોતું નથી અને માનસિક ભાવનાને અંગે ત્રાસ થાય છે. કોઈ સ્ત્રીને ને પ્રત્યે અભાવ હોય છે. તો તેને સમજી અને રસિક પતિ ધીમે ધીમે સમજાવી શકે. જોર કરવા જતાં અભાવ થઈ જાય. તેને સમજાવવાની જરૂર છે કે એ નૈસર્ગિક સંબંધ છે અને સામાજિક નિયમોની અંદર છે.

યુવાન માટે: વારંવાર સંબંધ થાય તો વીર્યપાત કમી થાય. માનસિક નબળાઈ કાઢી નાંખો. સ્ત્રીઓના સ્વપ્નાં કે લાંબા સમયના વિરહ બાદ સ્વપ્ન દોષ થઈ જાય તે માટે ગભરાવાની જરૂર નથી હા, જો વારંવાર થતો હોય જરૂર તો વિચાર કરવો રહ્યો. સાંધા ધાર્મિક વાંચન અને વિચાર અને મન પર કાબુથી ઘણો ફાયદો થશે પત્ની પાસે આવે એટલે અડપલાં કે સંબંધનો ખ્યાલ ન કરવો. બને તો સુવાના ઓરડા નજીક પણ જુદા રાખવા, નહિ તો પથારી આધે અને જુદી ખરીજ. શક્તિની દવા પાછળ પૈસા બગાડશે નહિ. માનસિક પરિસ્થિતિ સુધારો. સ્વચ્છ હવા સાદો ખોરાક, યોગ્ય વ્યાયામ અને સારા વિચારથી બહુજ ઠીક થઈ જશે.

૯૪ સવાલ : વય ૧૭-૧૮. મુંબઘના વતની. સ્ત્રીને જોતાં વિકારી દ્રષ્ટિ પડે છે અને વાસના ઉત્પન્ન છે. અત્યાર સુધી બ્રહ્મચારી અને શરીર પર વાળ વધારે છે.

જવાબ:—તમારો પત્ર મારી પાસે ઘણોજ મોડો આવ્યો. તમને માનસિક ઉત્તેજના વધુ છે, વાળ વધુ છે એટલે જોઈએ તે કરતાં તમારી કાયિક ખીલવણી વહેલી થઈ છે. તમારી આર્થિક પરિસ્થિતિ સારી હોય તો માતા પિતાને કહી લગ્નની ગોઠવણ કરો અને છતાંય સંતતિનિયમનની જરૂર પડશે. આર્થિક પરિસ્થિતિ સારી ન હોય તો સારાં ધાર્મિક પુસ્તકો-લો. તિલકની ટીકાવાળી ગુજરાતી ગીતા મળે છે-સ્વામી રામકૃષ્ણ વિવેકાનંદ કે રામતીર્થનાં પુસ્તકો અને પ્રવાસનાં પુસ્તકો અને ઐતહાસિક લેખો વાંચો. વિચાર પરિવર્તન

થશે. વાસના ઉત્તેજિત થવાથી સ્વપ્નમાં કોઇ કોઇ વાર કે વારંવાર વીર્યસ્રાવ થાય. કોઇ વાર થાય તો હરકત નહિં પરંતુ વારંવાર ન થવું જોઇએ. પુરુષાંગના લેખાંકમાં જણાવ્યા પ્રમાણે બ્રાહ્મણ મિશ્રિત દવા લો. કોઇ સારો ડોક્ટર પણ આપશે. બીજી શકે તો કટીસ્નાન કરો કટીસ્નાન એટલે કામશક્તિ મંદ કરવા માટે પગના ચાપાથી માંડી કમ્મર સુધીનો ભાગ ઠંડા પાણીમાં જે વાર ૦૧ કે ૦૧૧ કલાક રાખવો. પાણીના ટબમાં બેસીને તે થઇ શકે. પુરુષાંગ અને વૃષણ પર ઠંડું પાણી જ્યારે પ્રસંગ મળે ત્યારે રેડવું અને માથા ઉપર પણ. તમારા કામી વિચારો પર નિયંત્રણ કરવાની ખાસ જરૂર છે. બિલ્લસ અને શૃંગારિક પુસ્તકો અને ચિત્રો જેવાં બંધ કરો લગ્ન માટે આ વય ઘણી વહેલી કહેવાય તેની તમને ચેતવણી આપી દઉં છું.

૯૫ સવાલ : મ્હારી વય ૨૨ વર્ષની છે. લગ્ન થયે પાંચ વર્ષ થયાં. મ્હારા ધણીઆણીને બચપણમાં શીતળા થયેલા અને એની ગરમી કાઠે (પેટમાં) રહી જવાથી ચાંદી અને પછી અમો બંનેને પરમાનો રોગ થયેલો. હાલ એ બાળ્યતમાં કાંઇ ફરીયાદ નથી. સંતાન નથી. મ્હારું લિંગ ઉશ્કેરાટ વખતે માત્ર જે જ ઇચ્છ હોય છે. જાહેરખબર તેમ કોઇપણ દવાનો ઉપયોગ કર્યો નથી. માટે આપ મ્હને યોગ્ય ખુલાસો આપશો તો આપનો આભાર જીંદગી સુધી નહિ ભુલું. મ્હારા ધારવા પ્રમાણે સાઈઝ ૭ થી સાત ઇંચ હોવી જોઇએ તેમ જડાઈમાં ચાર ઇંચ ગોળાંક હોવી જોઇએ.

જવાબ—ત્હમારું લિંગ ન્હાનું અને પાતળું છે તે વિચાર ત્હમારા કે ત્હમારી પત્નીના મનમાંથી કાઢી નાંખો. લિંગની લંબાઈ ઉશ્કેરાટ વખતે પાંચથી સાત ઇંચ હોય છે. પરંતુ પુરુષ પરત્વે અને કૌટુંબિક વંશપરંપરાને કારણે તે કમી જન્મી હોઇ શકે. આ ખ્યાલ તરતજ મનમાંથી કાઢી નાંખો અને ત્હમે દરેક રીતે બંને એક સંપૂર્ણ અને આદર્શ દંપતી છો એ ભાવના ધરાવો.

ત્હમે મુંબઈમાં રહો છો. પઠાણ જેવાં સ્ત્રી પુરુષોને જોયાં

હશે અને સુંદર અને ફેશનવાળાં સ્ત્રી પુરુષોને પણ. તે ઉપરથી તમારું કે તમારી પત્નીનું તોલ ન કાઢો. મનુષ્યની કિંમત ફક્ત તેની શારીરિક સુંદરતા પર થતી નથી. બહારથી સુંદર-દેખાતી સ્ત્રીના અંતર અંગે ધણીવાર કદરૂપાં પણ માલમ પડી આવે છે. પુરુષનું પણ તેમજ. તમને કાંઈ તેવી વ્યથા નથી. ગોળાંક ચાર ઇંચથી કમી ધણે ભાગે હોય છે. પરંતુ તમારે આ બાબતની જરા પણ ચિંતા ન કરવી.

શીળીની ગરમીની ગર્ભાશય પર કંઈ અસર થઇ છે કે કેમ તેની તમે તપાસ કરી ? ગર્ભાશયની બંને બાજુની સ્ત્રી રજવાહિની પર જે અસર થઇ હોય, જેમકે: અંદરની ગરમીને અંગે સ્ત્રી રજગોળ નકામા થયા હોય, તો લાંબો વખત સંતાનપ્રાપ્તિની આશા રાખી ન શકાય.

તાજી હાશ, મધનું પાણી, ઓસામણ જેવી સાદી વસ્તુઓ ગરમી કમી કરવા માટે સારું કામ કરે છે. અને હજી સાદી ગરમી જેવું લાગતું હોય તો તેનું સવાર સાંજ સેવન કરો.

દેવદારની છાલ કે ફળનો રસ, બ્રાંડી અને ફટકડી યોનિ સંક્રોચન માટે સારું કામ કરે છે. બ્રાંડી, અને દેવદારના ફળનો રસ સંબંધ પહેલાં ત્રણ ચાર કલાક આગળ લગાવવો પડે છે. જ્યારે ફટકડીનું પાણી ફક્ત પા કે અડધો કલાક પહેલાં. તાજાં આમળાંનો રસ પણ સારું કામ આપે છે. પરંતુ તમને ફટકડી ઠીક પડશે. છતાંય આટલું ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે કે ફટકડીના લોશનથી સંક્રોચન થાય છે પરંતુ વીર્યજંતુઓ ધણે અંશે નાશ પામે છે અને સંતાનની ઇચ્છાવાળાઓ તે વાપરવું કે ન વાપરવું તે તેની મરજી પર છે. જે ગરમીનો હવે સંભવ ન હોય તો બીજું એક કારણ રહી શકે સ્ત્રીના ભાગોમાં લેક્ટીક એસીડ lactic acid નું ઝરવું કાયમ રહે છે. અને આ એસીડ પ્રવાહ જે વધુ પ્રમાણમાં હોય તો ગર્ભ રહેતો નથી. આને માટે સંબંધના અડધો કલાકજ પહેલાં એક નાની અડધી ચમચી ભર સોડા soda bi-carb ને એક પ્યાલામાં (ચ્હાના માપનો પ્યાલો) નાંખી તે પાણીથી યોનિ બરાબર ધોઈ નાંખવી, આદકલીના પ્રવાહમાં વીર્ય જંતુ વધુ વખત જીવંત રહે છે અને લેક્ટીક એસીડના પ્રવાહની અસરને થોડો

સમય દુર કરે છે. પ્રવાહ વધુ હોય તો સોડાનું પ્રમાણ બમણું કરવું, પરંતુ રોજ વધારે ન લેવું અને સંબંધના દિવસેજ તે પ્રમાણે કરવાની જરૂર બાકી બાકીના દિવસોએ સહજ સોડા (નામ પુરતો) વાળા કાશીલા પાણીથી સવાર સાંજ લાગો-સ્ત્રી પુરુષ બંનેએ ધોવા ઇષ્ટ છે. પુત્ર પ્રાપ્તિની ઇચ્છાવાળા સ્ત્રી પુરુષોએ વારંવાર સમાગમમાં ન આવવું.

૯૭. સવાલ : મારા ગુપ્તાંગ પર એક ફેલ્લી થઇ હતી તેમાંથી થોડા વખત પછી રસી નીકળી હતી. મેં તે ભાગ સાફ રાખવા માંડ્યો અને સ્ત્રી સંબંધ થોડા વખત માટે છોડ્યો છે. પણ તે ક્યાં સુધી અને આવી ફેલ્લી જાતના ગુપ્ત રોગો છે? મેં કાંઈ દિવસ પરસ્ત્રી સંગ કર્યો નથી. છતાં આમ કેમ?

જવાબ : ખાસ કરીને ગુપ્તેદ્રિયના (સ્ત્રી પુરુષ બંને) છ જાતના (1) Syphilis (2) Gonorrhea (3) Chancroid (4) Lymphogranuloma venereum. (5) Granuloma inguinal (6) Balanitis.

આ બધા રોગો ઘણે ભાગે જાતીય સંબંધથી (venereal disease-genito infections) થાય છે. venereal (Venus Goddess of physical love એ ઉપરથી આ નામ પડ્યું છે.) એટલે જાતીય સંબંધથી. Genito infection એટલે જાતીય સંબંધથી જ ચેપ થાય એવું કાંઈ નહિ. તેવા મનુષ્યના કપડાં પહેરવાથી, તેનું પાણી પીવાથી, વગેરેથી. આ માટે મેં આગળ જણાવેલું છે. એટલે ફક્ત સંબંધથી જ રોગ લાગુ પડે એ માન્યતા ખોટી છે. એવા માણસના નજીકના સહવાસથી પણ દૂર રહેવું જોઈએ અને એના વપરાશમાં આવેલી વસ્તુઓ પણ વાપરવી ન જોઈએ. એવાં રોગી પુરુષ કે સ્ત્રી જે જગ્યા પર બેઠાં હોય તે જગ્યા બરાબર સ્વચ્છ કર્યાં સિવાય ઉપયોગમાં લેવી નહિ.

Chancroid (બદ) એ એક જાતનો ઇદ્રિય પર થોડો ઘણો સખત ફેલ્લો થાય છે. જે તે ભાગ સ્વચ્છ ન રાખ્યો હોય અને સંબંધ ચાલુ હોય તો આ ફેલ્લાનો ચેપ ફેલાઈ છે અને પછી અંત્રી

પર પણ અસર થાય છે અને ન્હાની ગોળી જેવા ફેલાવા એક પછી એક થવા માંડે છે. સંયોગમાં એકનો ચેપ ખીજને લાગે છે. ઘણે ભાગે અસ્વચ્છતાને અંગે આ થાય છે. અને અસ્વચ્છતા ચાલુ રહે તો ફેલાવો વધુ થાય છે. આગળ ચેપી રોગોના લેખાંકોમાં જણાવ્યા પ્રમાણે આ ભાગો લોશનથી સાફ કરવાની જરૂર છે. તંદુરસ્તી સારી હોય તો પણ દિવસમાં એકવાર તો સ્ત્રી પુરુષે સારા સાબુથી ભાગો સાફ કરવાની જરૂર છે. આ ભાગ સાફ રાખી કોઇ ડોક્ટર કે વૈદ્ય પાસેથી લઇ સારો મલમ લગાવો. ડોક્ટર નજીક ન હોય તો સ્વચ્છ વેસેલીન (સેન્ટ વગરનું) અને કારબોનીક બોરીક પાવડર ભેગો કરી (બે ભાગ વેસેલીન એક ભાગ પાવડર) તે પર લગાડો. લુંછાઇ ન જાય એટલે ઉપર એક કપડું મલમ લગાડી ચોંટાડવું.

સીરીલીઝ અને ગોનોરીયા (ચાંદી અને પ્રમેહ) જેવા રોગો તો ઘણાને ખબર છે તે માટે બે ત્રણ વર્ષની સારવાર અને સંયમની જરૂર છે.

Lymphogranuloma Venereum એ રોગનો પાશ્ચાત્ય દેશમાં વધારો થતો જાય છે. ઘણે ભાગે લિંગ કે યોનિની આસપાસની ગ્રંથીઓ પર કોઇ જાતની ઝેરી અસર થતાં (ચેપ) તે થાય છે. શરૂઆતમાં એક ન્હાની ફેલાલી જ ઉપર દેખાય છે પછી તે મટી જતું માલમ પડે છે. પરંતુ ખરી રીતે અંદરખાનેથી ઝેર પ્રસરે છે. છેવટે આ રસગ્રંથીઓનો નાશ થાય છે અને એક નાના ખાડા જેવું થઇ અંદર રોગ પ્રસરે છે. રોગી મનુષ્ય (સ્ત્રી કે પુરુષ) ના સમાગમથી આ થાય છે આની બરાબર કાળજી રાખવામાં ન આવે તો હાથીપગા રોગ માફક લિંગ કે યોનિ ખૂબ સજ્જે છે અને પછી લગભગ અસાધ્ય જેવું થાય છે. થોડા વર્ષો બાદ પાછળના ભાગ પર (Anus-Rectum) પણ સુઝી આવે છે અને એક જાતનો મહાભયંકર રોગ થઇ દરદીનો ઘણે ભાગે અંત આવે છે. ઉઠવા બેસવાની શક્તિ પણ તેને રહેતી નથી.

Granuloma Inguinale-ગુપ્ત ભાગો થોડા સુઝીને પછી તે પર ફેલાવા થવા માંડે છે. આ પણ એક જાતનો ચેપ અને ગ્રંથી

દોષ છે. આનું ખાસ કારણ જાણવામાં આવ્યું નથી.

Balanitis—આજીબાજીની મ્રંથીઓના સોજાને લીધે થાય છે. તે મ્રંથીઓમાં એ જાતના જંતુઓ હોવાથી થાય છે. સોજા બાદ તેમાંથી એક જાતની ખરાબ વાસ આવવા માંડે છે. ઘણેભાગે ગુપ્ત ભાગોની અંદર થાય છે અને સ્ત્રીઓને વધારે પ્રમાણમાં થાય છે. સાણુ કે પરમેંગનટ કે કારબોનીકના લોશનથી જે સ્ત્રી પુરુષો પોતાના ભાગો સ્વચ્છ રાખે છે તેને તે ભાગ્યેજ થાય છે. રાતદિવસ સખત જાડી ચઢી પહેરનારા પુરુષોને, ઘોતીઆને સખત રીતે કાછડી મારવાથી આ ભાગોને સ્વચ્છ હવા મળતી નથી. જે સ્ત્રીઓ ચઢી આખો દિવસ વાપરે છે, અટકાવથી કપડાં ભરાઈ ન જાય તે માટે લુગડાંના કકડા આખો દિવસ વાપરે છે અને ભાગો સ્વચ્છ રાખતી નથી તેને આ રોગ થવાનો વધુ ભય છે. સારા સાણુ વગેરે થી સ્વચ્છ ભાગો રાખવાથી અને ગુપ્ત ભાગોને થોડી ઘણી ખુલ્લી હવા મળવાથી આ રોગ થવાની ખીક નથી. રાત્રે બારીક કપડાં પહેરીને સુવું કે જેથી આખા શરીરને સ્વચ્છ હવા મળે. દુનીયાના જુદા જુદા દેશોમાં આ વધતા જતા રોગને અંગે જુદા જુદા કાયદા પસાર થયા છે અને લગ્ન થતા પહેલાં યુરોપ અમેરિકાના કેટલા દેશોમાં સ્ત્રી પુરુષની ગુપ્ત શારીરિક તપાસ લેવાનો કાયદો છે કે જેથી રોગ ફેલાય નહિ અને રોગી સંતતિ થાય નહિ.

આમ તમને ટુંકામાં પણ સાધારણ માણસને સમજાણુ પડે એમ માહિતી આપી. અને તમને જ્યાં સુધી એકદમ આરામ ન થાય અને ડોક્ટર તમને એપથી મુક્ત (અને તમારી પત્નીને તમારાથી એપ ન લાગે એમ) થયા ના કહે ત્યાં સુધી તમારે વ્રતસ્થ રહેવું જરૂરનું છે. સંયમ અને સંસ્કાર એ જોડીઆ છે. સંસ્કાર હરો તો સંયમ જરૂર આવશે અને આકર્ષણથી દૂર રહેશો. એકજ ઓરડામાં રોગી પતિ પત્નીએ એકાંત રાખવું હિતકર નથી. ઉપર લખ્યાથી સમજ પડી હશે કે કોઈવાર પોતાનીજ અસ્વચ્છતાને અંગે ગુપ્ત રોગો પણ થાય છે સ્ત્રીઓએ પણ આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે પોતાના શરીરની સ્વચ્છતા રાખવી નહિ. સ્વચ્છતા એ તંદુરસ્તીનું પ્રથમ પગથીયું છે. સાદો ટોચલેટ

સાથુ દિવસમાં નહાતી વખતે એકવાર વાપરવો. ભાગે બહુ ધસવા નહિ. નહિ તો આળાં થઇ જશે અને ઉલટો ત્રાસ થશે. અઠવાડીયામાં બે વાર કારબોલીક સાથુ વાપરવો.

૯૬. સવાલ : છ મહીનાથી હસ્તદોષની ટેવ છોડેલી છે. લિંગ સહજ વાંકુ થઇ ગયું છે. એક વખત સ્ત્રી-વેશ્યા સંયોગથી તરતજ વીર્યપતન થયું એટલે મને લાગે છે કે હું કંઈ સાથે સંબંધ નહિ કરી શકું. વર્ષ પછી મારા વિવાહ થવાના છે. મારી વય ૧૮. જે યીજની મને ધાસ્તી છે તે છે કે નહિ તે માટે સલાહ આપશો ? વેશ્યાથી મને કંઈ રોગ થયો છે કે ?

જવાબ : તમને શેની ધાસ્તી છે તે હું નથી જ કહી શકતો. છતાંય તમને તે માટે તમારો પત્ર જોઇને કહું છું કે તે નથીજ. તમને માનસિક ભીતિ છે. અને ભીતિ કાઢી નાંખશો. તો શારીરિક વિશ્વાસ આવશે. ફટલાય મોટા કહેવાતા મનુષ્યો પોતાને નપુંસક ધારે છે પરંતુ ધણે ભાગે તે માનસિક ભીતિજ હોય છે અને તે માનસિક નિર્બળતા દરેક સ્વાતંત્ર્ય પ્રેમીએ ખંખેરી નાંખવાની જરૂર છે. ગુલામ અવસ્થામાંથી છુટવા માટે માનસિક અશક્તિ જોરથી વાળીઝુડીને ખંખેરી નાંખવાની જરૂર છે. તમારી વય ફક્ત ૧૮. કન્યા સારી હોય તો વિવાહ કરી નાખો. પણ જ્યાં સુધી પોતાને કમાવાની શક્તિ ન આવે ત્યાં સુધી લગ્ન મોકુફ રાખવું.

હસ્તદોષની ટેવ સારી નહિ અને તમે છોડી તે આનંદની વાત છે. હસ્તદોષ તમે છોડ્યો છે એટલે થોડા સમયમાં ઈન્દ્રિય ખરાબર થઇ જશે તે માટે ચિંતા ન કરવી. સ્વજાતિ સંયોગથી ખાસ દુર રહેવાની અને લગ્ન સુધી સંભય પાળવાની જરૂર છે નહિ તો તમને અને તે નિર્દોષને ખરાબ ટેવ પડી જશે. સયંમથી અને આત્મભાનથી સ્થંભન આપોઆપ આવશે. સંબંધમાં માનસિક ઉશ્કેરાટ બહુ થવા ન દેવો અને ઉતાવળ ન કરવી. સ્ત્રી પુરુષે કામપણ કામમાં આનંદ લેવો હોય તો એકબીજાને આનંદ આપી શાંતિથી કાર્ય લેવું જોઇએ. તમને દવાની પણ જરૂર નથી. અને આટલી વયે વિના કારણ ઉશ્કેરાઇ જવાની પણ જરૂર નથી. સ્ત્રી વિષેની વાતોથી પણ દુર રહો. નકામા

શૃંગારિક સ્ત્રી ચિત્રોથી દુર રહો. યોગ્ય અભ્યાસમાં ચિત્ત પરોવી કમાવાની લાયકાત મેળવવાની તમારે ખાસ જરૂર છે કે જેથી ભવિષ્યમાં તમે અને તમારી થનારી પત્ની સુખી થશો.

માનસિક ભ્રમણા કે નિર્બંજતા કાઢી નાંખો. ત્હમને કોઈ ગુપ્ત રોગ નથી.

૯૭. સવાલ : વૃષણ કાઢવાથી પુરુષને શારીરિક અને માનસિક અસર થાય છે ? સ્ત્રી સાથેના સંબંધમાં કાંઈ ખવેલ પડે છે ? મેં સાંભળ્યું છે કે એ કાઢવાથી પાછલી વયમાં પુરુષ સશક્ત અને તંદુરસ્ત રહે છે. હું અતિ કામી છું અને અન્ય સ્ત્રીઓ સાથે પણ મને સંબંધ છે. પત્નીને પૂછતાં તે પસંદ કરે છે. તેને પોતાને સંબંધ માટે ઇચ્છા નથી અને તે આનંદ જતો કરવા તૈયાર છે. મને એ બાળકો છે.

જવાબ : બંને વૃષણો કાઢવાથી પુરુષના અવાજમાં એકદમ ફેરફાર થાય છે. સ્ત્રી જેવો તીણો અવાજ રહે છે. પાવૈયાનો અવાજ ખબર હશે. એક હિંદના પ્રખ્યાત ગાયકના પિતાએ મુલાયમ અવાજ ખાતર તેના વૃષણ નહાનપણમાં કઢાવી નાંખ્યા હતા. તેથી દાઢી મુછ કમી થતાં જાય છે. શરીરની માંસલતા પુરુષ જેવી મટી સ્ત્રી જેવી થતી જાય છે. સ્ત્રીને જેમ ગર્ભાશય કાઢી નાંખ્યાથી કઠોર સ્વભાવ થતો જાય છે તેમ પુરુષને વૃષણ કાઢવાથી સ્વભાવ કોમળ થાય છે અને સખત કામ માટે કંટાળો આવે છે. ઘણું ભાગે સ્ત્રીસંબંધની ઇચ્છા રહેતીજ નથી. છતાંય કોઈકને ઇન્દ્રિય ઉત્થાપન કોઈકવાર થાય છે. આ બધાં ચિન્હ ઉપરથી પુરુષ વૃષણ વગરનો (ટુંકમાં પુરુષાતન વગરનો) છે તે માલમ પડી આવે છે. બળદ, ઘોડા વગેરે પ્રાણી, જેનો વાહન જોડવામાં કે ખેતીમાં ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તે નરજાતિ ઉચિત તોફાન ન કરે કે માદા જોતાં તેની પાછળ ન પડે તે માટે વૃષણ કાઢી નાંખવામાં આવે છે તે તમને ખબર હશે. આથી નરપ્રાણી વધુ નમ્ર બને છે.

આવું ઓપરેશન કરાવવાનું સલાહકારક નથી. સારો ડોક્ટર પણ તે કરવાની તમને સલાહ નહિ આપે. હા, ક્યારે કે જ્યારે વૃષણમાં કાંઈ મોટા રોગ (Cancer of gland) હોય, વધુ પડતો વૃષણ

પર પરમીઆના ચેપી રોગ વિગેરે હોય અગર ક્ષય રોગ હોય તો તે કઢાવવા ઇષ્ટ છે કે જેથી પોતાને રોગમાંથી થોડી મુક્તિ મળે, સ્ત્રીને વધુ ચેપ ન લાગે અને રોગિષ્ટ સંતતિ ન થાય.

તમારી પત્ની સંમતિ આપે છે. એ આશ્ચર્યની વાત છે, તમારા વધુ પડતાં કામી સ્વભાવને અંગે તે હશે. પરંતુ પાછળથી તે પણ પસ્તાવો કરશે. ભલે મંદ કામી હોય પરંતુ સ્ત્રી એ સ્ત્રીજ છે. કામીને મંદ કામી કરવા માટે ઓમાઈડની બનાવટવાળી દવાઓ આવે છે એ ઠીક પડશે.

૯૮. સવાલ : પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી (અબ્ઝિલા) વધી જાય ત્યારે ઓપરેશન કરાવવું કે કેમ ?

જવાબ : ખાસ કઢાવવાની જરૂર નથી. નવી ક્રિયા પ્રમાણે સરજન તેના બે ભાગ કરી નાંખે છે કે જેથી એક બાજુ દબાણ ન આવે. ફક્ત થોડાજ પ્રસંગોમાં તે કાઢવાની જરૂર રહે છે. નર પરમાણુની શક્તિ કમી થતાં જો અબ્ઝિલા વધવા માંડે તો Testosterone નામની નર પરમાણુની દવા ધણું સારું કામ આવે છે. અને તે રોગની શરૂઆતમાંજ શરૂ કરવી જોઈએ. સ્થંભનશક્તિ વધારવાને પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી મસાજ કરવા માટે ધાતુ કે લાકડાની ગોળ લાકડી જેવો ટુકડો આવે છે. અને આ મસાજથી સ્થંભનશક્તિ વધે છે, એ 'આશા' ભ્રમણા છે. આમ અંગોને વિના કારણ ત્રાસ આપવાથી સોજો ચઢી આવે છે.

૯૯. : સવાલ ચૌદ વર્ષની વયથી મહત્તે હસ્તદોષની ટેવ છે છતાંય મારું શરીર તંદુરસ્ત અને પહેલવાન જેવું હમણું છે. મારી ઇન્દ્રિય નહાની હોવાને અંગે મેં લગ્ન કર્યાં નથી અને કોઈ પણ સ્ત્રી જોડે સંબંધ કર્યો નથી. ઉત્થાપન પણ સંપૂર્ણ થતું નથી. એટલે કદાચ બહારની સ્ત્રી મસ્કરી કરે. કહેવાય છે કે કસરતખાજ પુરુષો સ્ત્રી સંબંધમાં નિષ્ફળ જેવા હોય છે.

જવાબ : તમને મારે રસ્તે દોરવાની જરૂરત જોતો નથી. મારે એટલું કહેવું પડશે કે શરીરના મજબુત સ્નાયુઓ અને કસરતખાજ

શરીર પુરુષના અગની થોડી ધણી નિર્બળતા પણ સૂચવે છે. વજન બહુ ઉંચકવાથી (Weight lifting) અને એવી કસરતો કરવાથી વૃષણો ન્હાના થતા જાય છે. અને વીર્ય ઉત્પાદનને અડચણ આવે છે. તમારે પ્રમાણમાં કસરત કરવી પરંતુ અતિશય નહિ.

અતિ કસરત કે વજન ઉંચકવાની હદ ઉપરાંતની કસરતો ત્હમને કાયદો કરે છે એમ મ્હારું ધારવું નથી. લગ્ન કરી સુખી સંસાર કરવાનો પ્રયત્ન કરો. સંયમથી રહેવાથી તંદુરસ્તી નહિં બગડે, પરંતુ અન્ય સ્ત્રી જોડે સંબંધ ન કરશો. એપ લાગવાનો ભય રહે છે અને તે ઉપરાંત નૈતિક દ્રષ્ટિએ તે ઇષ્ટ નથી.

૧૦૦. સવાલ ને જવાબ : એક ૨૧ વર્ષનો યુવાન એક ડાક્ટર પાસે જાય છે. એને લિંગમાંથી સફેદ પ્રવાહી થોડે ધણો પસાર થાય છે. તે પહેલાં તો એને પ્રમેહ કે ચાંદીની બીક લાગી અને જાહેરખબરીયા દવાઓ કરી. અહિં કહી દેવું જોઈએ કે તે એક બે સંશય ભરેલી સ્ત્રીના સંબંધમાં આવ્યો હતો. પછી એક નવા ડાક્ટર પાસે ગયો અને તેણે એને Gonorrhea ની દવા આપી. ઇન્જેક્શનો આપ્યા. થાકીને એક બીનલોબી અને અનુભવી ડાક્ટર પાસે તે ગયો. પ્રમેહ અને ચાંદી જેવો તે પ્રવાહી દેખાતો હોવા છતાં તે પ્રમેહ નહતો. પ્રવાહમાં રોગનાં જંતુ ન હતાં. તપાસને અંતે માલમ પડ્યું કે તેને મૂત્રાશયની નળીમાં સોજો હતો. (Chemic Inflammation of the Urethra) અને વધુ પડતા ઇન્જેક્શનો લેવાથી પ્રવાહી વધ્યે જતો હતો. આ યુવાન વહેંચી હતો એટલે એને સમજાવવો મુશ્કેલ પડ્યો પરંતુ છેવટે તેને ખાત્રી થઈ અને રોગ સારો થયો. યુરેથ્રામાંથી થોડો ચીકણો સફેદ પ્રવાહી નીકળે છે. સોજા કે હસ્તદોષના પરિણામે પણ વહે છે. લિંગને સ્નિગ્ધ રાખવા આ પ્રવાહી થોડો થોડો (બે માલુમ) ઝરે છે, અને આગળની ત્વચા જો ખરાબર સાફ ન રાખે તો તે જામી જાય છે. ઉત્થાપન અવસ્થામાં આ પ્રવાહી વધુ વહે છે. કાંઈ એને પ્રમેહ કે કાંઈ વીર્યનો પ્રવાહ માની લેવાની ભૂલ કરે છે. ચટકા મારતું દર્દ થતું હોય તો ડાક્ટરી તપાસ જરૂર કરાવવી. યુરેથ્રામાં સોજો હોય તો તે દાખવાથી પણ આ પ્રવાહ નીકળે છે. તેને સાધારણ

પણ સારી તબીબી સારવારની જરૂર છે.

આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે (ગોનોરીઆના લેખાંકમાં) એટલું ધ્યાનમાં રાખવું કે ગોનોરીઆ કે પ્રમેહમાં યુરેથાને પણ સોળે આવે છે. તેજ પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથી વીર્યગ્રંથી વધતા વધતા મૂત્રાશય આમ મૂત્રાશયમાં ઝેર પ્રસરતાં પિશાબ કરવો મુશ્કેલ થઈ જાય છે. સળીઓ ધાલવી પડે છે. પછી તો સળીઓ ધાલવાની ટેવજ પડી જાય છે અને છેવટે મૂત્રાશયનો સોળે વધતાં પિશાબ આવી શકતો જ નથી અને શરીરમાં ભેગા થતા પિશાબના ઝેરથી (Uremia) માણસ મૃત્યુ પામે છે. જીને પણ પિશાબના ઝેરના રોગ થાય છે. હા, પરંતુ, કમનસીબે વીર્યની કણ મુત્રમાર્ગમાં જામી ગયા હોય અગર કાંઈ ન્હાની કણ જામી ગઈ હોય (ઈંચનો ૧/૩૨ ભાગ જેટલી કણ પણ માર્ગ બંધ કરવાને પુરતી છે) તો તે પિશાબ બંધ થાય છે તો તેને માટે Stricture (Sound 20 કે કમી)નો ઉપાય સારા ડોક્ટર પાસે કરાવવો. કહેવાની જરૂર નથી કે આયુર્વેદના બાહ્યોશ જાણકાર દવા કે સાદી નળીથી ફૂંક મારી રોગને દૂર કરતા.

૧૦૧. સવાલ : હું યુવાન છું (૨૨) અને રાત્રે મને સ્પર્શમાં ધાત (વીર્ય) જતી. પછી તે વધતી ગઈ અને હવે તે કમી થઈ ગઈ છે. એક ડોક્ટર જણાવે છે કે તને પિશાબમાં ધાત જાય છે અને હું અશક્ત થતો જાઉં છું. હું ખાસ સ્ત્રી સંબંધ કરતો નથી. ડોક્ટર મને લઈ સારો કરવા રૂ. ૭૫ માગે છે.

જવાબ : વીર્યસ્ત્રાવ કમી થઈ જવો એ કાંઈ નવું સંકેતોની નિશાની નથી. ઇચ્છાશક્તિ પર કાબુ આવવાથી અગર વધુ પડતા પ્રવાહીના નીકળી જવા બાદ (મોટી વયના બ્રહ્મચારીઓને પણ વીર્યસ્ત્રાવ થાય છે) વધુ નીકળતો બંધ થાય છે. કેટલાકને તે રક્ત-વાહિનીઓ મારફતે શરીરમાં શોષાઈ જાય છે. પિશાબમાં વીર્ય કાઢવાર જતું હોય તો તે પણ રોગની નિશાની નથી. હા, જો બીનચુક વારંવાર જતું હોય તો યોગ્ય સારવારની જરૂર ખરી. તમારા ડોક્ટરેજ તમારામાં માનસિક નબળાઈ ઉભી કરી છે. તેને ખંખેરી

નાંખો અને તે બાબતની ચિંતા કે વિચાર કરવાનું જ માંડી વાળી કુદરતનું શરણુ શોધો. તમને કાંઈજ નથી.

૧૦૨. સવાલ : ૧૫ થી ૬૦ વર્ષ સુધીનાં ધણાંય સ્ત્રી પુરુષો સાંધારણ રીતે હસ્તદોષના પરિણામો વિષે પુછે છે. તેને દુઃકામાં જવાબ આપું છું.

જવાબ : (૧) હસ્તદોષથી ગાંડપણ, માનસિક આધાત, ફેફસું કે અપસ્માર થવાનો સંભવ નથી.

(૨) મનુષ્યને એથી કાંઈ કમીપણું લાગે છે (Inferior complex) પુરુષ હિંમત અને આક્રમણ-શક્તિ (સ્ત્રી તરફની Aggressiveness) ગુમાવે છે. સ્ત્રી થંડી થતી જાય છે (frigid). વિરૂધ્ધ જાતિ જોડે સંક્રોધ અનુભવે છે. લાંખી ટેવવાળી કે વારંવારની ટેવવાળાં ક્રોધમંદ દંપતી થઈ શકતાં નથી.

(૩) કુદરત વિરૂધ્ધ તે લાગોના વારંવાર ધર્ષણથી સંયોગ વખતે મંદતા અને કામનો ઓતાર અશક્ય બને છે. પુરુષ ધણીવાર શીઘ્રપાત અનુભવે છે.

(૪) વિરૂધ્ધ જાતિ તરફ થતા સંક્રોધ કે અલુગમાને લીધે પોતાની જાતિ તરફ આકર્ષાય છે (Homo sexual).

(૫) સુરતાંત વૈરાગ્યની માફક હસ્તદોષ પછી વિચાર આવે છે કે ફરીથી તેવું ન કરવું, પરંતુ વિરૂધ્ધ જાતિ તરફથી સંતોષ ન મળે ત્યાં સુધી ધૃત્તિ અશક્ય જેવી બને છે. અને લાંખી ટેવ પછી દંપતીજીવન ગાળવા છતાંય હસ્તદોષમાંજ સંતોષ માને છે. અને કેટલાક પોતે મનોકલ્પિત ઉર્વશી કે પુરુસ્વાને કલ્પીને જાગૃત કે સ્વપ્નાવસ્થામાં વીર્ય કે રજનો સ્વાદ થવા દે છે. તંદુરસ્ત થવાની ધૃત્તિ (ટેવ છોડવાની) છતાંય તે તંદુરસ્ત થઈ શકતો નથી. સંયમી સ્ત્રી પુરુષો થોડાજ રહે છે. ધણાય પરણીત જીવન પછી તે એકદમ છોડી દે છે. હિંદમાં આ શક્ય છે. પરંતુ પાશ્ચાત્ય દેશ અને અમેરિકામાં તો દંપતીજીવન પછી પણ ધણાય આ હસ્તદોષ કે સ્વજાતિનો સંબંધ ચાલુ રાખે છે. મોટી વયે લગ્ન એ તેનું મુખ્ય કારણ છે.

(૬) ધીમે ધીમે ટેવનો ઘટાડો, સંયમ, (will power) અને દંપતીજીવનને સુખી કરવાની તીવ્ર ઇચ્છાથી આ કુટેવો નાશ પામતી જાય છે. તંદુરસ્ત સ્ત્રી પુરુષને યુવાનીમાં સ્થામી જાતિની ગેરહાજરીમાં અઠવાડીઆમાં એકાદ બે હસ્તદોષથી કુટેવ કે નબળાઈ આવતાં નથી જ. જો કે તે ટેવ સારી નહિ છતાંય તેમાં કોઈ ચિંતા કરવાની જરૂર નથી.

૧૦૩. સવાલ : થોડાં વર્ષો પર એક ડોક્ટરે, ઇન્દ્રિય ઉત્થાપનની દવા દુધમાં આપી. (કદાચ Spanish fly ની બનાવટ Cantharides). બે કલાકની અંદર મને સખ્ત બળતરા થવા લાગી. અને પિશાબ ને હાજત વારંવાર થવા લાગી. પાછળના ભાગમાં પલ્લુ- (Anus) સખ્ત તાણ આવવા લાગી, ધરગથ્થુ કે તે ડોક્ટરની દવાથી કાંઈ ફાયદો થયો નહિ. મહામહેનતે મને ભંધ આવી અને ભૂંડો ત્યારે વચલા સાંધામાં એક મોટું ગુમકું થયેલું માલમ પડ્યું. તે ગુમકું કપાવ્યું અને રક્ત અને ૫૨ કાઢ્યાં, બે વર્ષ સુધી કાંઈ ખાસ ઠીક ન લાગ્યું. પલ્લુ કાંઈ વીજળી (Electric treatment) પ્રવાહો લગાડ્યા. ફોસ્ફરસ લીધો. જાત જાતની દવાઓ લીધી છતાંય થોડા થોડા સમય બાદ ૫૨ નીકળી ત્રાસ થાય છે.

જવાબ : સ્પેનિશ ફલાઈ (Canthariades) અને ફોસ્ફરસ જેવા અતિનુકશાનકારક પદાર્થો સ્થાનશક્તિ વધારવા માટે સેવવાથી શું નુકશાન થાય છે તે તમે જોયું અને આથી ઘણાં ઘડો લેશે. આ દવાથી તમારું મરણ ન થયું તેથી તમને ભાગ્યશાળી સમજવા. કેન્થેર-ઇડ (સ્પેનીશ ફલાઈ) એકદમ થોડા પ્રમાણમાં લેવાથી ખાસ અસર થતી નથી. પરંતુ પ્રમાણ વધારવાથી ઇન્દ્રિયના ભાગો, મૂત્રાશય પાછળના ભાગો અને મોઢા પર પલ્લુ ખરાબ અસર કરે છે. આને અંગે તમને લોહીનો ભરાવો થવાથી ગુમકું થયું, તે પાક્યું. તમે દવા બરાબર કરી પરંતુ કાંઈક અસર રહી જવા પામી. ગુમકુંને કાંઈક ભાગ (cold abscess) રહી જવા પામ્યો. એક સારા ડોક્ટરની તપાસ કરી (surgeon) પછી શસ્ત્રક્રિયા કરાવો અને તમને ઠીક થઈ જશે. લવિષ્યમાં ઇન્દ્રિયને ઉત્તેજના આપતા પદાર્થો

(Aprroclisiac) લેશો નહિ. એવી જાહેરખબરો અને પેટન્ટ દવાઓથી કાયદાને બદલે નુકશાન વધારે થાય છે. આવી દવાઓ બેજ પ્રકારની આવી શકે છે અને બની શકે છે (૧) તદ્દન નકામી (૨) ઇન્દ્રિય અને આગળ પાછળના ભાગે અતિ નુકશાન કરનારી અને જીવન ખરાબ કરનારી.

૧૦૪ સવાલ : સ્થંભન માટેનું માલીશ, ગુટીકા કે ગોળીઓ વિષે આપ શું ધારો છો? કેટલાક પ્રખ્યાત દવા વેચનારાઓ મ્હોટી મ્હોટી જાહેરખબરો એ માટે કરે છે. કાફીન એમાં વપરાય છે કે? સ્ત્રીઓ તે પસંદ કરે છે?

જવાબ : કુદરતી રીતે શરીર તંદુરસ્ત બનાવો અને સ્ત્રીસંગ લાંબે અંતરે અને નિયમિત રાખો. ખાવાની દવા કાંઈ લેશો નહિ. Spanish fly ની બનાવટવાળી દવાઓ અમેરિકા યુરોપમાં પણ વેચાય છે. એ એક જાતના જંતુઓ ('Cantharis') છે. તે લીલા ચળકતા રંગના હોય છે. લગભગ પોણા ઇંચ લાંબા તે હોય છે અને યુરોપમાં ખાસ કરીને થાય છે. જીન અને જીલાઈ માસમાં તે વધુ થાય છે. તેને તડકે સુકવીને, વાટીને દવા બનાવાય છે. તેના નવ ગ્રેન ડોઝથી મનુષ્યને ઝેર ચઢે છે અને લયંકર ચાતના થાય છે. ઇન્દ્રિય ઉત્થાપન થાય છે અને સખત વેદના થાય છે. એકાદ બે એવા દાખલા પણ નોંધાયા છે કે બેહદ સંયોગને અંગે પુરૂષે જાન ખોયો છે અને તેની પત્નીઓ પણ સખત રીતે હેરાન થઈ છે. સ્ત્રીઓને એમ સંતોષ થાય એ તહમમી બ્રમણ છે. પુરૂષોના પ્રેમ અને સહવાસને સ્ત્રી અનુકૂળ થાય છે. તમે બબ્બરુ સ્ત્રીની વાત તો નથી કરતા ને? તે પણ તમે તપાસ કરશો તો માલમ પડશે કે આવા જીવનથી કંટાળે છે. પરંતુ હાય તે પેટ! અને પછી તો તેઓને નર્કમાંથી નીકળતું મુશ્કેલ થઈ પડે છે. અને ભટકનારા વિષથી પુરૂષ તેમને છોડે કે? જવા હો! પ્રેમ (વાસના નહિ!) થી ગૃહસ્થ સ્ત્રી સંતોષ પામે છે. કામી પુરૂષ માફક કામી સ્ત્રીઓ પણ હોય છે. તે માટે તેમના પતિમાં આવડત બેઠબે. સ્ત્રીપુરૂષોને મંદ કામી પણ કરી શકાય છે.

એવી કાંઈ યુરોપીય કે જાપાની કે આઘનીઝ દવા કે દેશી દવામાં ફસાશો નહિ. વેકયુમ મસાજ પંપ આવે છે તે કુદરતી ઇલાજ જેવો છે પણ તેનો વધુ ઉપયોગ કરવામાં પણ લાભ નથી. બરાબર ઉપયોગ કરતાં નહિ આવડે અને નસોમાં રક્તનો ભરાવો થઈ જશે તો પછી હેરાન થશો.

હમને ખબર છે કે હિંદમાં એક પ્રખ્યાત દવા વેચનાર અળસીઆં (ચોમાસામાં જમીનમાં થાય છે અને છ સાત ઇંચ લાંબી ઇંચળ જેવાં હોય છે) ને જથ્થાબંધ ભેગા કરી, ને સુકવીને સ્તંભન માટે ખાવાની દવા તૈયાર કરે છે ?

બેલાડોના (Belladonna) અને મન્ડ્રેક (Mandrake) ની પણ વિલાયતી દવાવાળાઓ દવા બનાવે છે. Medicine atropise નામે તે ઓળખાય છે. મન્ડ્રેકનાં મુળીઆં ઘોળાં થાય છે. હમણાં ખાસ કરીને આફ્રીકાની Yohimboa (Corinanth Yohimbe) નો ઉપયોગ થાય છે. એ નામના ઝાડ આવે છે (Tighting Wood) અને તેની છાલનો ઉપયોગ થાય છે. તેમાંથી સ્ટ્રીકનીન નામનો ઝેરી પદાર્થ નીકળે છે. Arsenic અને Strychnine નો ઉપયોગ સારા ડોક્ટરોને જ કરવા દેવો. પેટન્ટ દવા કે જાહેરખબરીયા દવાથી ન ફસાશો.

Opium (અપીયુ) Morphine, Cocaine (કોકીન) Pashish એ બધી દવાઓ ચીન, જાપાનમાં કાંઈને કાંઈ રીતે વપરાય છે. ગાંજની માફક ચલમો ને હુક્કાઓમાં તે વપરાય છે. શરૂઆતમાં સહેજ ઉત્તેજન થાય છે પરંતુ છેવટે મનુષ્ય એકદમ મંદ થાય છે અને નિરાશ થઈ ગમે તેમ કરી બેસે છે.

Cloroform કે ether જેવી બેભાન અવસ્થા લાવતી દવાઓ પણ શરૂઆતમાં ઇચ્છા જાગૃત કરે છે અને પછી તે મનુષ્યને કાંઈ ખબર રહેતી નથી. કાંઈક ભાવનાશીલ સ્ત્રીઓને, જેને કલોરોફોર્મ વગેરે આપી શસ્ત્રક્રિયા કરવામાં આવે છે તેને કામી સ્વપ્નાં આવે છે અને જાગૃત થતાં તે ડોક્ટર કે કાંઈના પર બળાત્કારનો દોષા-રોપણુ કરે છે જો કે એમાં તથ્ય કાંઈ હોતું નથી, અને સ્ત્રીઓ પર કાંઈ

ક્રિયા કરતાં પહેલાં ડાકટરો સત્યની સાક્ષી હંમેશ માગે છે.

તમને સાધારણ રીતે સ્તંભન વધારતી દવાઓ કહું : મધ, કેસર, તળ, જયફળ, લવંગ, મરી માછલીની ઉપર મીઠું, લસણ, કાંદા વગેરેને સુંઠ અને મરીને પ્રમાણમાં મધમાં કાલવી ઇંદ્રિય પર લગાડવાથી (સંબંધ પહેલાં અડધો કે કલાક પહેલાં) કાંઈ ફાયદો થશે, પરંતુ દરેકનો શરીરનો બાંધો જુદો હોય છે અને સુંઠ અને મરીથી બળતરા સખત થશે માટે સારા વૈદ્યની સલાહ લેવી. મધ સાફ ન મળે તો વેસેલીન કે ગાયના દુધનો ઉપયોગ કરવો. તૈયાર દવાઓ, સાંઢાનું તેલ વગેરેથી ચેતતા રહેશો નહિ તો ઉત્થાપન થયા પછી તે મૂળ સ્થિતિ પર આવવું મુશ્કેલ પડશે અગર નકામી દવાના પૈસા નકામા જશે અને તંદુરસ્તી પણ બગડશે.

ખીજ પણ થોડી માહિતી આપી દવું. તાહીતી ટાપુના લોહા તાળ સાકરવાળા (મીઠા) ફળોનો ખાવામાં વધારે ઉપયોગ કરે છે. આ કારણે જ મધ અને સાકર કામવાસના વધારનારાં ગણાય છે. પેસિફીકમાં દરીયાઈ કાકડી (Sea cucumber) ના ભુકાનો ઉપયોગ થાય છે. પશ્ચિમ આફ્રિકામાં Gouron અને Kola નામના ફળોનો ઉપયોગ થાય છે. એમાં ફાશીનો અંશ વધારે છે અને એથી માદકતા અને હૃદયને ઉત્તેજના થાય છે. આ વધુ પ્રમાણમાં લેતાં ઝેરી છે. આરબ લોહા મધમાં કાંદાનો રસ નાંખે છે, અને તેને ગરમ કરી તે રસ બળવા દે છે અને તેમાં અરબસ્તાનમાં થતા એક જાતના વટાણા (Chiak peas) ૨૪ કલાક ભીંજવીને વાપરે છે અને શિયાળામાં થોડો થોડો ખાય છે.

સ્ત્રી સંક્રાંચન માટે અને પુરુષ ઉત્તેજના માટે દવાઓ વાપરે છે કે શસ્ત્રક્રિયા વગેરે કરાવે છે. પુરુષ ઇંદ્રિય પર ચઢાવતી ધાતુની કે રબરની રીંગો અને જંગલી ઉપાયોથી દૂર રહેવું અને શરીરને તંદુરસ્ત અને સાફ રાખવાથી ફાયદો છે.

૧૦૫. સવાલ : એક મધ્યમ વયનો પુરુષ પૂછે છે કે તેની તંદુરસ્તી સારી છે પણ પુરુષઅંગ પ્રમાણમાં નાનું છે અને તેથી તેને

કેટલીકવાર મુઝવણ ઉભી થતી. તેને ૧૪ વર્ષનો એકજ છોકરો છે. તેને પણ ઇન્દ્રિય તેવી જ છે. તો તેને ભવિષ્યમાં તકલીફ ન પડે તે માટે શું કરવું ?

જવાબ : તમારે તમારા પુત્ર માટે ચિંતા કરવાની જરૂર નથી અને તે વિષે તેને ઇશારો કરવાની પણ જરૂર નથી. આથી ઉલટી અસર થશે અને ભવિષ્યની ચિંતા કરવી પડશે. તેની પોતાના Inferiority complex જેવી સ્થિતિ ઉભી થશે અને વય વધતાં તેને લાગશે કે તે બીજા પુરુષ જેવો નથી અને સ્ત્રીને સંતોષ નહિ આપી શકે. તમારા પોતાના દ્રષ્ટાંત પરથી તમને સમજવાની જરૂર છે કે જે ન્હાના અર્થથી તમને ખાસ અડચણ નથી પડી અને તમને એક બાળક પણ થયું તો તેને લીધે તમારા પુત્રને શી અડચણ પડશે ? કાંઈજ નહિ; પત્ની પતિના સહવાસથી ટેવાઈ જાય છે. તમારે ચિંતા કરવાની જરૂર નથી, અને નકામી જાતીય માહિતી એને આપવાની જરૂર નથી. આથી તમે એને ગેર ફાયદોજ કરશો. જે માખાપો આવી વગર કારણની ચિંતા કરે છે અને પોતાના બાળકને વધુ પડતી જાતીય માહિતી આપે જાય છે તે બાલકને ફાયદો કરતાં નુકશાન કરે છે.

૧૦૬. સવાલ : એક પતિપત્ની જણાવે કે એમણે કાંઈ બીજાનો છોકરો બે વર્ષનો પાળ્યો છે. જો કે તેની વય બેજ વર્ષની છે પરંતુ તેની ઇન્દ્રિય પ્રમાણમાં ઘણી મોટી છે અને તેની આગળની ચામડી પાછળ બરાબર જમ્મ શકતી નથી. તેને સુન્નત કરવાની જરૂર છે કે ? એમનું પોતાનું બાળક જે એક વર્ષનું છે તેનું સર્વાંગ પ્રમાણ સાધારણ છે. એમને બીક છે કે જો તેને તે બે વર્ષના બાળકના સંબંધમાં રાખે તો બન્ને થોડા વર્ષમાં ઉલટો રસ્તો પકડે.

જવાબ : નાના બાળકને (તમારું જે એક વર્ષનું છે) મૂત્રાશયના ભરાવાને અંગે કે ખજવાળથી ઉત્થાપન થાય છે તેમાં ખાસ ચિંતા નથી. બારીક ચક્રીનો ઉપયોગ લિંગની વારંવારની રમતથી બાળકને દૂર રાખશે. બાળક સહજ મોટું હોય તો બારીક કપડાની અડધી પાટલુન, ગજવા વગરની રાખવી. ઇન્દ્રિયની આગળની

ત્વચ્ચા બંને બાળકના સંબંધમાં અત્યારથી કાપવાની જરૂર નથી. હજી એક દોઢ વર્ષ જવા દો અને જો પછી ત્વચ્ચા ઉપર ન ચઢે તો કલોરોફોર્મ કે ઇથર આપી સારા ડોક્ટર પાસે કપાવજો, ગમે તેની પાસે નહિ. પરંતુ હું ધારું છું કે રોજ જો માઆપ દિવસમાં બે વાર તે ત્વચ્ચા જન્મના બે મહિના બાદ ઉપર નીચે કરી અંદરનો જામેલો કચરો સાફ કરે તો ખાસ કરીને સુન્નત કરવાની જરૂર રહેતી નથી. ઘણી જાતિઓમાં આ પ્રમાણે નહાનપણથી બાળકની ત્વચ્ચા તેનું આપ્તજન, ખાસ કરીને માતા સાફ રાખે છે. અને જ્યાં બાળકથીજ આમ ખોટી શરમ રહે છે ત્યાં બાળક મોટી વયે હેરાન થાય છે અને માતા પિતા પર દોષ મૂકે છે કે તેમણે પૂરતી કાળજી ન રાખી. પરંતુ આ ત્વચ્ચા વારંવાર ખસેડવી નહિ, નહિ તો બાળકને ટેવ પડી જાય છે અને એક વર્ષબાદ જો ત્વચ્ચા બરાબર ઉપર નીચે જતી હોય તો તે ટેવ એકદમ કમી કરી નાંખવી. જો ત્વચ્ચા બરાબર ખસતી ન હોય તો સુન્નત બે અઢી વર્ષનો બાળક થયા બાદ કરાવવી. કેટલીક હોસ્પિટલમાં બાળકના જન્મ્યા બાદ દશ પંદર દિવસ કે મહિનામાં સુન્નત કરી નાખે છે એ કોઈ પણ રીતે ઇચ્છવા યોગ્ય નથી. આથી બાળકને ખીલવાનો વખત મળતો નથી અને જે રકત પોષણ આપે છે તે સુન્નત થતાંજ બહાર પડે છે અને બાળકની તંદુરસ્તી પર અસર કરે છે.

બીજો જે બે વર્ષનો બીજનો છોકરો છે તે મારા ધારવા પ્રમાણે વધુ જાતીય તત્વોવાળો (Oversexed) છે અને તમારા કહ્યા પ્રમાણે જ રહે તો ૫ કે ૬ વર્ષ ની વયથીજ પુખ્ત યુવાન જેવાં આચરણ કરવા લાગશે. કોઈક બાળક અને બાળકીઓ નાની વયથી વધુ જાતીય તત્વ ધરાવતાં હોય છે અને તેમને બીજાં બાળકની સંગતમાં રાખ્યાં હોય તો પોતાનાં જાતીય જોર (કામુકતા) ને અંગે બીજાં બાળક કે બાળકીઓને આડે રસ્તે દોરે છે, અને નાનપણથી જાતીય જોરસંબંધ શરૂ કરે છે. મોટા બાળકને થોડા મહિનામાં સુન્નત કરાવી નાંખો. એને બીજા બાળકો જોડે તમારી નજર બહાર રમવા નાં દેશો. એના પર અને એવા બાળકો પર

માયાળુ ધાક અને દેખરેખની જરૂર છે. આવા બાલકોને જાતીયમંદતા માટે સારા ડોક્ટરની સલાહ લઇ સહજ ઔષધો આપતા રહેવું.

૧૦૭. સવાલ : શિશુ વધારવાનો કાંઈ ઇલાજ છે કે ? ખાસ કરીને જાતિય સંબંધમાં અગવડતા પડતી હોય અને સંતોષ ન થતો હોય તો ? સ્ત્રીઓમાં સંબંધ વખતે ઉશ્કેરાટ લાવવા માટે શું કરવું ? કાંઈક વિજ્ઞાનિક માહિતી આપશો ? દારૂ કે એવો કોઈ માદક પદાર્થ કાંઈ એમાં ઉત્તેજન આપે છે કે ? પરશીયન શાયરો કહે છે કે પ્રેમ-સંબંધમાં શરાબ સિવાય મજાજ ન આવે. સાકી અને શરાબ. સ્ત્રી અને પુરુષોમાં જાતિય સંબંધ ઓછામાં ઓછી અને વધારેમાં વધારે વય કેટલી ? કેટલે અંતરે સ્ત્રી પુરુષોએ સંબંધ કરવો ? લાંબો વખત સંયમ રાખવાથી કાંઈ નુકશાન થાય છે કે ? સ્ત્રી પુરુષોને સરખો કામ ઉત્પન્ન થાય છે કે ? કોઈ સ્ત્રી અતિ સંયોગ કરે તો તેના સ્તનને કાંઈ અસર થાય છે કે, તે વધે છે કે ઓછું ? જાતીય આવેશ અને કામ-શક્તિમાં જુદી જુદી પ્રજામાં કાંઈ ફેર હોય છે કે ? યુવાન યુવતી-ઓએ લગ્ન સુધી જાતિય સંબંધથી દૂર રહેવાની જરૂર છે કે, એ કુદરતી છે કે ?

ટુંકમાં જવાબ આપું છું :

જવાબ : (૧) પુરુષાંગ વધારવાનું સંતોષકારક સાધન હજી સુધી કાંઈ જડ્યું નથી. આસન બદલવાથી કાંઈ સંતોષમાં ફેર પડશે. (૨) લગભગ દરેક સ્ત્રીને કામવાસના હોય છે. પ્રમાણમાં થોડો ધણો ફેર માનસિક લાગણીઓને અંગે હોય છે. પુરુષ માફક જલદી તેની લાગણી ઉશ્કેરાતી નથી અને ઓતાર આવતો નથી. તે માટે પુરુષે તેનું માનસ અને કૃત્રી રીતે તે સાથે આપી શકે તે તેના માનસ પરથી જાણવાની જરૂર છે. ચુંબન, મર્દન, સ્નિગ્ધ વાર્તાલાપ વગેરે. (૩) દારૂથી ઉત્તેજન કરતા મંદતા વધુ આવે છે. શાયરો શા માટે કહે છે તે હું કેમ કહી શકું ? દારૂડીઓ દારૂનાં, વેશ્યાગામી વેશ્યાનાં વખાણ કરે છે, પરંતુ તેમાંથી કાંઈ ખર્ચ ખોટું જાણવાની સમજ ઇશ્વરે મનુષ્યને આપી છે. (૪) હું આગળ જણાવી ગયો છું કે જાતીય સંબંધની શરૂઆત ઓછાહવા, સંસ્કાર અને વાતાવરણ પર આધાર

રાખે છે. સાત વર્ષની વયથી લગભગ ૮૦ વર્ષ સુધી સ્ત્રી પુરુષ સંબંધ કરી શકે છે. પરંતુ મનુષ્યે પોતાને આબાબતમાં પશુ સાથે કે જંગલી જાતિઓ સાથે સરખાવવાની જરૂર નથી. સંસ્કાર તરફ તેનું ધ્યાન જાય છે. તમારી રહેણી-કરણી વગેરેમાં તમે જંગલી નથી ને આબાબતમાં સરખામણી કરવી નકામી છે. (૫) આબાબતમાં ચોક્કસ અંતર દરેક માટે કહી શકાય નહિં. કુદરતી સશક્ત સ્ત્રી પુરુષો યુવાનીમાં રોજ સંબંધ સાધી શકે છે. અશક્ત સ્ત્રી પુરુષોને મહિનાનાં એકવાર પણ વધુ પડે છે. સાધારણ રીતે તંદુરસ્ત સ્ત્રી પુરુષોને અઠવાડીયે એકવાર વધુ ઇષ્ટ છે. (૬) લાંબો વખત સંયમ રાખવાથી કાંઈ નુકશાન થતું નથી. (૭) સ્ત્રી પુરુષોની વાસનામાં કાંઈ ફરક હોતો નથી. પરંતુ મનુષ્ય પરત્વે (Individual) ફરક હોય છે. (૮) અતિસંયોગને સ્તન સાથે કાંઈ સંબંધ નથી, સ્તનનું નાના મોટા રહેવું એ એક જાતની સ્નાયુ ગ્રંથીઓને અંગે હોય છે. (૯) આમોહવા અને વાતાવરણ જાતિય પ્રકૃતિ પર અસર કરે છે એટલે કોઈ પ્રજા વધુ કામી હોય છે અને કોઈ થોડી કામી. (૧૦) મેં આગળ કહ્યું છે કે મનુષ્ય જો દરેક આબાબતમાં પોતાને જંગલી મનુષ્ય કે પશુ સાથે સરખાવવા માગતો નથી તો આમાં શા માટે સરખાવે છે? તંદુરસ્ત પ્રજાએ સામાજિક બંધન દરેક સંસ્કારિક મનુષ્યે પાળવાં જરૂરનાં છે. સ્ત્રી પુરુષોએ લગ્ન પહેલાં (વાગ્દત્ત હોય છતાંય) જાતિય સંબંધ કદી ન કરવો અને પરસ્ત્રી કે વેશ્યાથી દૂર રહેવાની પણ ખાસ જરૂર છે.

૧૦૮ સવાલ : નાના લિંગથી પુરુષ ઉત્પાદનને માટે નાલાયક ઠરે છે કે કેમ? તેની પત્ની શું ધારે? એને માટે કાંઈ ઇલાજ ?

જવાબ : નાના લિંગને અંગે પુરુષ પિતા થવાને નાલાયક ઠરતો નથી. યોનિની ઉંડાઈ થોડીજ હોય છે. પરંતુ જેમ લિંગનું ઉત્પાદન થાય છે તેમ લિંગના પ્રમાણમાં યોનિનું ઉંડાણ તે વખતે વધે છે. યોનિની અંદરના કોઈ પણ ભાગમાં વીર્યનો પાત ગર્ભધારણ કરાવી શકે છે. આવી માનસિક ચિંતા સ્ત્રી પુરુષોએ રાખવાની જરૂર નથી. હા, જો ઉંડાણ વધુ હોય તો વાદળીનો ટુકડો રાખવાથી કે ફટકડીના પાણીથી સંયોગ પહેલાં યોનિ ધોવાથી ઉંડાણનો પ્રશ્ન મટે

છે અને ફટકડી યોનિ સંક્રાંચન કરે છે. આસનથી પણ ફેર પડે છે (men superior position અને સ્ત્રીના પગના વળાંકથી યોનિ આગળ આવે તેવું). પત્ની પતિના સહવાસથી ટેવાઈ જાય છે અને કાંઈ ધારતી નથી. એ ધારવાનું યુરોપ અને અમેરિકાની સ્ત્રીઓ પાસે રહેવા દો, જે સ્વાતંત્ર્યપ્રેમી સ્ત્રીઓ વિધવિધભર્યા જાતીય સંબંધો ચાહે છે. આર્થ પત્ની પોતાના પતિથીજ સંતોષ માને છે અને નાના મોટા માટે તે ભાગ્યેજ ખ્યાલ કરે છે, અગર જાણે છે.

લિંગનું પ્રમાણ સાધારણ રીતે છ થી સાત ઇંચ હોય છે (સાધારણ રીતે છ ઇંચ). નાનું હોય તે ચાર ઇંચની નીચે ભાગ્યેજ હોય છે. સ્ત્રીની યોનિની ઉંડાઈ આથી ચાર ઇંચની ઉપર ભાગ્યેજ હોય છે. જો કે સંબંધ થતાં લિંગને સમાવવાને ઉંડાઈ વધે છે. આરબ, સીદી વગેરેમાં યોનિની ઉંડાઈ વધુ હોય છે. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે હસ્તદોષ વગેરે કુટેવોથી જો ઇન્દ્રિય નાની રહે તો તેને માટે થોડા ધણો ઇલાજ રહે છે પરંતુ કુદરતી નાના લિંગ માટે કાંઈ ઇલાજ નથી. થોડા પ્રમાણમાં વેક્યુમ મશીન એપરેટસથી કુટેવવાળાને થોડોજ ફાયદો થશે. આયુર્વેદ અને યુનાની વૈદક લેપ અને માલીશની દવાઓ ખતાવે છે જેથી ઝણઝણાટ આવે છે અને રક્ત જોરથી ફરતું થાય છે (With any medicine or apparatus no material increase in size can be expected).

આયુર્વેદ નીચે પ્રમાણે કહે છે:—

(૧) વજ, આસંધ, ગજપીપર એ સમાન ભાગે લઈ, ચુર્ણ કરી ભેંસના દુધના માખણમાં મેળવી ઇન્દ્રિય પર લેપ કરવાથી કદમાં ફેર પડે છે. ખીજા બે ઉપાય નીચે પ્રમાણે છે :

(૨) વજ, ઉમલેટ, આસંધ, અને ગજપીપર સમાન ભાગે લઈ ગાયના માખણમાં મેળવી ચોપડવું.

(૩) ઘોળા તથા લાલ કરેણના પુલનું મૂળ, દારૂહળદર, ગજપીપર, નવશાર, અકલકરો અને આકડાનું મૂળ સમાન ભાગે લઈ પાણી સાથે વાટી લેપ કરવો.

વ્યક્તિગત સારા વૈદની સલાહ લેવી ઠીક છે. કપોલકલ્પિત રાજ કે નવાબની વૃદ્ધિ અને કામશક્તિની વાર્તા માનશો નહિ. કાંઈ પણ દવા કે ઉપાય તે કરી શકશે નહિ. તંદુરસ્ત શરીર કે શરીરના પ્રમાણમાં પૌષ્ટિક ખોરાક શક્તિ અને યોગ્ય ઉત્થાપન લાવે છે. જાતીયશાસ્ત્રનાં ધણાં પુસ્તકો આવે છે અને જે દવા વેચનારા પોતેજ પુસ્તક કાઢતા હોય તો તે પુસ્તક અને દવા બંને ધણે ભાગે ભરોસાલાયક હોતા નથી.

ઠંડીથી ઇન્દ્રિય કે વૃષણ નાના થાય અને ગરમીથી સ્હેજ વધેલા દેખાય તેથી વિચારમાં પડી જવાની જરૂર નથી. વૃષણને અતિ ઠંડી કે ગરમી ન લાગવી જોઈએ તે ધ્યાનમાં રાખવું.

૧૦૯. સવાલ : લિંગ ઘેરાવામાં કે લંબાણમાં વધુ હોય અને પત્નીને દરેક વખતે ત્રાસ થાય તો શું કરવું ?

જવાબ : ટુંકું લિંગ ઘેરાવામાં કાંઈક અંશે વધારે હોય છે અને લાંબુ ઘેરાવામાં પ્રમાણમાં કમી હોય છે. દેશ દેશના પ્રમાણમાં સ્ત્રી પુરુષના લિંગ એકબીજાને યોગ્ય હોય છે. આરબ અને સીદીમાં સ્ત્રી પુરુષોમાં લંબાઈ વધારે હોય છે. જ્યુ સ્ત્રી પુરુષોમાં પહોળાણ અને જડાઈ વધારે હોય છે. લિંગ કે યોનિમાં પતિ પત્નીનાં કમી જનસ્તી હોવાનું કારણ ભૂતકાળમાં થયેલા આંતરવિવાહને કારણે હિંદમાં ઘણી ભિન્ન ભિન્ન પ્રજાઓએ આવી વસવાટ કર્યો છે અને જુના કાળમાં અને ઘણી ખરી જાતિમાં મિશ્રવિવાહ થઈ ગયા છે. આજે તેની વંશાવળી કાઢવી મુશ્કેલ છે. લિંગનો થોડો ઘણો વધુ ઘેરાવો ટેવાઈ જતાં સ્ત્રી સહન કરી શકે છે અને ટેવ કે સંતાન ઉત્પત્તિ બાદ આસાનીથી. પરંતુ વધુ લંબાઈથી સ્ત્રીને વધુ ત્રાસ થાય છે અને ગર્ભાશયને સખત ધક્કો લાગી તે ખસી જઈ સોજે ચઢવાનો ભય રહે છે. તે ઉપરાંત યોનિની દિવાલો પણ તૂટી જવાનો ભય રહે છે જેથી સ્ત્રીની જીંદગી જોખમમાં આવી પડે છે, અને આવી સ્ત્રીઓ વંધ્યા રહે છે, જો કે એવું કાંઈકજ પ્રસંગમાં બને છે.

આવા પતિપત્ની (સ્ત્રી પુરુષ) એ Woman superior કે

Side position નો ઉપયોગ કરવો. આ લખાણનું ધણે અંશે તેથ નિવારણ થાય છે.

૧૧૦ સવાલ : એક ગ્રહસ્થ લખે છે : મારી વય ૩૪ વર્ષન છે. શરીરે તંદુરસ્ત છું. પૈસે ટકે સુખી છું. લગ્ન ક્યાં નથી કારણ કે મને લાગે છે કે મારું પુરુષઅંગ નાનું છે. આથી મને લાગે છે ? હું સુખી ગૃહજીવન નહિ ગાળી શકું. અને સુખી નહિ થઈ શકું આ અંગે હું અમારા રિવાજ છતાંય ધણી સુંદર સ્ત્રીઓથી દૂર રહ્યો છું એક યુવતી જોડે મિત્રાચારી થઈ. અને વાગદાન થતા મેં તેને માર અંગ વિષે માહિત કરી. તેણે મારી મશ્કરી કરી અને અમારે વિવાહ તુટી પડ્યો. મને લાગે છે કે કોઈ સ્ત્રીને હું સુખી નહિં કરી શકું. અન્ય પુરુષના અંગ ને મારામાં શું ફેર છે તે મને ખ્યાલ નથી. નગ્ન સંધની મને ખબર હોત તો તપાસ કરી સંતોષ માનત

જવાબ : શા માટે સ્ત્રીઓ કરતાં પુરુષો તેના અંગ વિષે વધુ ચિંતા કરે છે ? કોઈ સ્ત્રી બાગ્યે પોતાની યોનિની ઉંડાઈ વિષે ડોકટરી તપાસ કરાવે છે. કુદરતીજ તે પોતાના પુરુષને સહકાર આપે છે. સ્ત્રી કદમાં નાની હોય એટલે તેનું અંગ નાનું હોય એમ સમજ લેવાનું નથી. સાધારણ ઠીંગણી સ્ત્રીઓ પોતાના સશક્ત પતિ સાથે આનંદી અને સુખી જીવન ગાળે છે.

તમારે તમારા અંગને કોઈ અકુદરતી મોટા અંગવાળા કે સીદ જોડે સરખાવવાની જરૂર નથી કે ધૃણીત પાશ્ચાત્ય જીવન તરફ તમે ખેંચાવ છો તેમ ખેંચાવાની જરૂર નથી. હું કહું છું કે તમને કાંઈ જ નથી તમારું શરીર ને પુરુષ અંગ દરેક પુરુષ જેવું જ છે. ના કે ના ધંચને ફેર તે ફેર ન કહેવાય. તમને જ જ્યારે અન્ય પુરુષ અંગની ખ્યાલ નથી ત્યારે તમારી વાગદત વધૂને ક્યાંથી અન્ય પુરુષની ખબર પડી હું તો ધારું છું કે આ પહેલાં તેણે ધણા પુરુષો જોડે સંબંધ કયે હશે. સારું થયું કે તમે એ બલામાંથી છુટ્યા. લગ્ન પછી પણ તે બ્યભિચારી રહેત.

નગ્ન સંધમાં જોડાઈ કે તે ઉભો કરી મનુષ્યે જંગલી કે પોતાન

પૂર્વજોની નકલ કરવાની જરૂર નથી. તેથી કદાચ તમને ક્ષણિક સંતોષ થશે પરંતુ કાંઈ ફાયદો નહિ થાય. વખત જતાં એ બધું—well formed કે deformed—bodies તમને જોવું નહિં ગમે.

તમે એક સારી પવિત્ર કુમારી યુવતીની પસંદગી કરો. સ્ત્રી પતિના શારીરિક સહવાસને ટેવાઈ જાય છે. અને કોઈ પણ પુટપટીના માપની ભાંજગડમાં પડતી નથી. તમને જો ખબર નથી તો તેને શી અન્યની ખબર અને એવું અર્થ વગરનું વગર કારણે જાણી માનસિક ચિંતા કરી, દુઃખી થવાની શી જરૂર ? એ માનસિક ચિંતાજ નપુંસકતાનું કારણ છે. અને તેથીજ તંદુરસ્ત મનુષ્ય હાંસીની ખીંકે સ્ત્રીથી દૂર રહે છે. તમારી પુખ્ત વય છે, હવે કુંવારા રહેવાની જરૂર નથી. બીલકુલ ચિંતા કર્યો વગર પરણી જવ. કંકાત્રી મોકલજો.

૧૧૧. સવાલ : ઉત્થાપન બરાબર ન થતું હોય તો માલીશ કરવાથી ફાયદો થશે કે ?

જવાબ : તમે પરણેલા હો તો કોઈ કોઈ વાર માલીશ કરવાથી વાંધો નથી. માલીશની દવા ગમે તે ન લેશો, પેટનું દવાઓને હાથ ન લગાડશો. કોઈ સારા અને અનુભવી વૈદ્ય કે ખાત્રીલાયક બીનલેબી ડોક્ટર તમને દવા આપી શકશે. પરંતુ તેથી ખાસ ફાયદો થશે એમ માફ ધારવું નથી. કોઈ જાતની દવા કે સાંઠાનું તેલ કે જાપાનીઝ કે આઘનીઝ દવાઓ લેશો નહીં. Vitaminsથી (તાજે પૌષ્ટિક ખોરાક) શરીર તાકાતવાન બનાવો. તમારી વય વધુ હશે તો ફાયદો નહિ જેવોજ. કુંવારાઓએ આ માલીશનો પ્રયત્ન ન કરવો. વિના કારણ ઇદ્રિય ઉત્તેજન થશે અને હસ્તદોષની ટેવ પડી જશે. અને માથુસ હશે તેના કરતાં નબળો થઈ જશે.

૧૧૨. સવાલ : હસ્તદોષને અંગે લિંગ વાકું થઈ જાય તો શું કરવું ?

જવાબ : ભાઈ, મહેં જણાવ્યું છે કે તે ટેવ છોડી દેવી. એકદમ ન બને તો ધીમે ધીમે પણ જેમ બને તેમ જલદી છોડી દેવી. લિંગનું પ્રમાણ વધારવાના ઇલાજ સાધારણ રીતે એમાં ફાયદો

કરશે. સહજ વાંકાશ હોય તો તેની ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. કુદરતી જાતીયજીવન ગાળવાથી તે ધીમે ધીમે દૂર થઇ જશે. લિંગને નીચેનો ભાગ (મૂળને) ઉપરના કરતાં નાનો હોય તો પણ આગળ જણાવેલા ઉપાયથી ફાયદો થશે. લંગોટને અંગે કોઇવાર એવું કાંઇ થઇ જાય છે. સખત લંગોટ પહેરવી ઇષ્ટ નથી. બહુ સખત લંગોટ પહેરવાથી વૃષણને પણ નુકસાન થાય છે. તે પોતાને બંધ બેસે તે માપ પ્રમાણે કરી લેવી.

૧૧૩. સવાલ : સુન્નત બધાએ કરવાની જરૂર છે ? અને તેનાથી શા ફાયદા ?

જવાબ : બધાએ તેમ કરવાની જરૂર નથી. પરંતુ જેને સુન્નત ન કરી હોય તેમણે નિચેના નીચેના પાળવાની જરૂર છે.

દિવસમાં કમીમાં કમી એકવાર ઉપરની ત્વચા (prepuce foreskin) ઉંચી લઇ કોપિલા પાણીથી તે ભાગો સાફ કરવાની જરૂર છે. અને સ્વહારે સ્નાન કરતી વખત એકવાર કારબોલીક સાબુથી આભુ-આભુ અને પાછળના બધા ભાગો બરાબર સાફ કરવાની જરૂર છે. ત્વચા બરાબર ઉપર નીચે જતી હોય અને ઉત્થાપન અવસ્થા વખતે ત્રાસ ન થતો હોય તો સુન્નતની કાંઇ જરૂર હું જોતો નથી.

આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે સુન્નત કરવાની જરૂર લાગે તો બેથી ત્રણ કે ચાર વર્ષની વય દરમિયાન કરી નાંખવું જોઇએ. યુવાન વયે પણ સુન્નત (Prepuce operation થી) થાય છે. પરંતુ તે વખતે ઓછો વધતો ત્રાસ થાય છે. અને સંયમ મુદત સુધી પાળી ન શકાય તો ધા એપી થવાનો ભય રહે છે. ધા રૂઝાતા બહુ સમય નથી લાગતો. પરંતુ નવી ત્વચા મજબુત થાય ત્યાં સુધી સંપૂર્ણ સંયમ પાળવાની જરૂર છે. આ ઉપરાંત વધતી વયે થતા આવા ઓપરેશન બાદ લિંગના ડુલના ધસારાથી (પાટલુન કે ઘોતીયા સાથે) એક જાતની લાગણી થાય છે. (વીર્ય-સંપાત પહેલાં થાય છે તેવી). આને માટે થોડા મહિના સુધી લિંગના અગ્ર ભાગ પર બારીક કપડાનો પાટો સ્હેજ વેસેલીન લગાડી બાંધી રાખવો અને પાટો ધીમે

ધીમે કમી કરી દૂર કરવો.

ફાયદા:

(૧) પુલ અને ત્વચાની વચ્ચે મેલ કે બીજા પ્રવાહીઓ જામી શકતા નથી.

(૨) ત્વચાનું છિદ્ર નહાનું હોય તો તે અંગે થતું દર્દ રહેતું નથી. છિદ્ર રહેજ નહાનું હોય અને ચાલશે કરીને ચલાવી લે તો દરેક સંબંધ સમયે બેમાલમ ચીરો પડે છે અને યોનિના પ્રવાહીને અંગે કે યોનિ દરદોને અંગે ચેપ લાગવાનો ભય રહે છે.

(૩) લાંબી, જાડી અને બારીક છિદ્રવાળી ત્વચાને દૂર કરવાથી ઇદ્રિય યોગ્ય પ્રમાણમાં વધી શકે છે.

(૪) ઇદ્રિયનું પુલ ખુલ્લું રહેવાથી સખત થાય છે અને તેથી સ્તંભન શક્તિમાં થોડો વધારો થાય છે.

(૫) જે મનુષ્યો અસ્વચ્છ રહે છે અને તેને અંગે ચેપનો ભોગ થાય છે. તેમને એ ફાયદો છે કે પુલ ખુલ્લું રહેતું હોવાથી ચેપ લાગવાનો ભય કમી રહે છે. જે કે ચેપ ન લાગે એમ સમજી લેવું નહિં.

૧૧૪ : સવાલ બાળપણમાં સુન્નત ન કરી હોય અને મ્હોટી વયે સુન્નત કરવાનો વિચાર થાય તો તે કાંઈ ત્રાસ કે જોખમ સિવાય કરી શકાય કે ?

જવાબ : (Circumcision operation) નું ઓપરેશન કાંઈ મુશ્કેલ વાત નથી અને કાંઈ ચિંતાજનક પ્રશ્ન નથી. ધા બરાબર સાફ કરી ધોવો જોઈએ અને ચેપી ન થાય એ જોવાની ખાસ જરૂર છે. ઓપરેશન બાદ ઇદ્રિય પુલને સ્પર્શજન્ય લાગણી ધસારાથી વધારે થાય છે. વયનો ખાસ પ્રશ્ન નથી. પરંતુ નહાનપણમાં કરાવેલું સાફ અને તે ઇચ્છવાજોગ છે. ત્વચા વધુ પડતી ન હોય અને છિદ્ર બરાબર હોય તો સુન્નત કરવાની કાંઈ જરૂર નથી. ત્વચા નીચે કરી તે ભાગ દિવસમાં કાંઈ નહિ તો એક બે વાર સાફ રાખવા.

ચેપ (Sceptic) નો ભય અને તેની માવજત ધણા વખતથી

જાણીતી છે. આજે પણ આફ્રિકાની ઘણી જંગલી જાતિઓમાં સુન્નતની ક્રિયા એક યા બીજી રીતે પ્રચલિત છે. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે સ્ત્રીઓમાં પણ સુન્નત કરવામાં આવે છે. (યોનિલિંગ Clitores કાપીને અને બીજું યોનિછિદ્ર અક્ષતયોનિ રાખવા માટે લગ્ન સુધી સીવી લેવાને.) સ્ત્રીઓની સુન્નત ક્રિયા કોઈ પણ સુધરેલા દેશમાં આવી નથી. જો કે અક્ષતયોનિને ધણું મહત્વ આપવામાં આવે છે.

ઘણાય જુના વખતથી યહુદીઓમાં અને તેની આજુબાજુની જંગલી જાતિઓમાં સુન્નતનો રિવાજ હતો. યહુદીઓમાં અને મુસલમાનોમાં તેને ધાર્મિક રૂપ આપવામાં આવ્યું છે. આ કામોમાં અચપણમાં સુન્નતની ક્રિયા થાય છે.

આફ્રિકાની જંગલી જાતિઓમાં છોકરાઓ યુવાન વયમાં આવે ત્યારે તેમને સુન્નત કરવામાં આવે છે. સુન્નત બાદ તેમને સંતતિ ઉત્પન્ન કરવા માટે અને લડવા માટે લાયક ગણવામાં આવે છે અને પુરુષ ગણવામાં આવે છે.

યુવાન છોકરાઓની સુન્નત આ જાતિઓમાં ઘણે ભાગે જથ્થામાં કરવામાં આવે છે. વર્ષની અમુક ઋતુના દિવસોએ જ તે કરવામાં આવે છે. અને તે વખતે યુવાનીમાં આવેલા સઘળા છોકરાઓને ભેગા કરીને જંગલમાં એક ઠેકાણે લઈ જવામાં આવે છે. ત્યાં કેટલીક વખત જાતિના વડીલોની દેખરેખ નીચે રાખવામાં આવે છે. સુન્નત વખતે સ્ત્રીઓને હાજર રહેવા દેવામાં આવતી નથી.

જો છોકરો પુરુષાર્થ જતાવે છે અને શાંતપણે (મોટી ચીસો પાડ્યા વગર, રડ્યા વગર કે નાસાનાસી કર્યા વગર) કે હસ્તે મુખે સુન્નત કરાવે છે તે ખરો મર્દ ગણાય છે. સુન્નત બાદ છોકરાનું બાળક નામ બદલી પુરુષનું નામ રાખવામાં આવે છે.

સુન્નત થયા બાદ પુલની ઉપરની ચામડીનો ભાગ જમીનમાં દાટી દેવાનો રિવાજ આવી કેટલીક જાતિમાં છે. જ્યારે કેટલીક જંગલી જાતિઓમાં એ ભાગને તે જાતિઓની સ્ત્રીઓને બહેંચી આપવામાં

આવે છે. એ જાતિઓમાં એવી માન્યતા છે કે આ ભાગને રાંધીને સ્ત્રીઓ જો ખાય તો એ ખાનાર સ્ત્રી સંતાનવતી થાય.

આવી એક જાતની માન્યતા આપણા દેશમાં અને યુરોપ વગેરે દેશમાં પણ છે. કુક્કર, બળદ, મેંઢા કે બકરના વૃષણ ખાવાથી સંભોગ-શક્તિ વધે છે એવી માન્યતા છે. પુરુષના પણ. (પરંતુ તે મળવા અશક્ય છે.)

સુન્નતમાં જનને દ્રિયના પુલની ઉપરની ત્વચા કાપીને જુદી પાડવામાં આવે છે. પરંતુ આ જાતિ પરત્વે એમાં જુદી પદ્ધતિઓ છે. કેાઇક જાતિઓમાં આગળની ત્વચાને વાંસની બે ચીપ વચ્ચે ચામડીને વળ દઇને રાખી મુકવામાં આવે છે. આથી એ ત્વચા ચાર પાંચ દિવસે ચિમળાઇને છુટી પડે છે. કેટલેક સ્થળે લોખંડ તપાવીને તેનાથી ડામ દઇ, ચામડી છુટી પાડવામાં આવે છે ને કેટલેક સ્થળે જુના પથ્થરના ઓળર વડે ચામડી છુટી પાડવામાં આવે છે.

છોકરાઓને સુન્નત વખતે કેટલીક વખતે બે હાથે ઝાડની ડાળીને ઝાલીને ઉભો કરવામાં આવે છે, અને છોકરાને તેનો વડીલ પકડીને ઉભો રહે છે. કેટલીક જાતિઓમાં છોકરો ઉભડક બેસે છે.

આ ક્રિયા પછી લોહી બંધ કરવાની રીતો પણ દરેક જાતિઓમાં થોડે ઘણા અંશે જુદી હોય છે.

ધાને ચુસીને લોહી બંધ કરવાની રીત ઘણે ઠેકાણે પ્રચલિત છે પરંતુ તે સિવાય જુદી જુદી વસ્તુઓ લગાડીને લોહી બંધ કરવામાં આવે છે. ધૂળ, રેતી, માટી, ચરબી, ગાયના આંચળનો ચીક, મગરની હગાર, મરઘાંનું લોહી, લાકડાનો વહેર, થુંક, વગેરે લગાડીને રક્ત બંધ કરવામાં આવે છે. કેટલીક જાતિઓને ઝાડ પાલાની પણ ખબર હોય છે. આવા ઓપરેશન કરનારા ખાસ માણસો જંગલી જાતિઓમાં પણ હોય છે. અને તે ધંધો પેઢી દર પેઢી ઉતરી આવે છે. એ લોકો પોતાના ધંધામાં નિષ્ણાત થવાનો પ્રયત્ન કરે છે. કારણ જે વધુ સરળતાથી સુન્નત કરે છે અને જલ્દી કામ કરે છે તેનેજ બધા બોલાવે છે.

આફ્રીકાના જુલુ લોકોમાં સુન્નત વખતે એનો રિવાજ છે કે સુન્નત

કરાવનારે ગોધાના શરીરનો અમુક ભાગ એક સ્થાનેજ ખેસીને ખાવો જોઈએ. કેટલીક જાતિઓમાં કુચ્છરતું માંસ વિગેરે ખવડાવવામાં આવે છે અને અમુક ભાગ ખાઈ શકે તો તેને ખરો પુરૂષ માનવામાં આવે છે. કેટલીક જાતિમાં સ્ત્રીઓને પણ સીવેલું યોનિછિદ્ર ઉઘાડતી વખતે આમ અતિશય ખોરાક આપવાની પદ્ધતિ છે, હદ ઉપરાંત ખોરાક ખવડાવીને સ્ત્રીને જાડી કરવામાં આવે છે અને પેટ આગળ પડતું થાય છે અને સૌન્દર્ય ગણવામાં આવે છે.

સુન્નત થયાબાદ આફ્રીકાની જાતિઓમાં છોકરો મટીને પુરુષ ગણાય છે અને તે સ્ત્રી સંભોગને લાયક ગણાય છે. લગાઈ માટે પુરુષની જરૂર એ લોકોમાં ખાસ હોય છે એટલે તેની માલીફી આવી જાતની જણાય છે. કાષ્ઠ જાતિઓમાં સુન્નત બાદ, ધા રૂઝા પછી અમુક સમય સુધી જાતની વગર પરણેલી કાષ્ઠપણ સ્ત્રી સાથે તે સંબંધ કરી શકે છે.

સુન્નત વખતે સ્ત્રીઓને હાજર રહેવા દેવામાં આવતી નથી એટલે એમાં તો છોકરાઓને યુદ્ધમાં વિદાય દેતી વખતે જેવી વિદાય દેવી પડે છે તેવીજ વિદાય દે છે. તેનું કારણ એ કે સુન્નત કરવાની ત્રાસ ભરેલી રીતને અંગે કેટલી વખતે છોકરાઓ પાછા આવતાજ નથી, સુન્નત વખતે મરી જાય અથવા સુન્નત કરવા દેવાની ના કહે અથવા તો કાષ્ઠ જાતનું ખીકવાપણું બતાવે તો તેવા છોકરાઓનો વધ કરવામાં આવે છે. તેવાઓને ખાયલા ગણવામાં આવે છે અને ખાયલાઓને જાતિમાં સ્થાન હોતું નથી. સ્ત્રી કરતાં પણ તેને હલકા ગણવામાં આવે છે.

કેટલીક જાતિઓમાં આવા ખીકણ છોકરાઓને જીવતો રહેવા દેવામાં આવે છે, પરંતુ તેના એક અંગર બંને વૃષણ કાપી નાખવામાં આવે છે. તે પછી તે છોકરાને જાતિમાં ગુલામની સ્થિતિ ભોગવવી પડે છે.

આ ખીકને અંગે અને વૃષણના છેદની ખીકને અંગે છોકરાઓ ધણે ભાગે મુશ્કેલીએ દુઃખ સહન કરી લે છે. સુન્નત બાદ અને થોડી વખતના સ્ત્રીસંબંધ બાદ છોકરાઓને યુદ્ધનું શિક્ષણ આપવામાં આવે છે. આ અંગે કેટલીક વાર મોટી લડાઈઓ પણ ખેલાય છે. દુસ્મન દળનાં બે મસ્તક વિજય ચિન્હ તરિકે લાવનારનેજ લગ્નનો હક્ક લાગે છે.

૧૦૫. સવાલ : વૃષણનો સોજો (Swollen testicle) કંઈ એપી રોગની નિશાની છે કે ? મને કાંઈ પણ જાતનો રોગ નથી. પણ થોડા વખત પર મારું જમણું વૃષણ સુજી ગયું હતું. સોજો થોડા વખત પછી કમી થઈ ગયો. પરંતુ એક મહિના પછી પાછો સોજો દેખાયો. પાછો સોજો એક મહિનામાં જતો રહ્યો. મને કાંઈવાર થોડું દર્દ થાય છે. પરંતુ તે કામને અંગે હશે એમ ધારું છું. મારી નોકરી એવી છે કે મારે કાયમ ઉભા રહેવું પડે. આ ચિ-હ લયસુચક છે કે કેમ ? મારાં લગ્ન થોડા સમયમાં થનાર છે. એપી રોગ હોય તો લગ્ન કરી કાંઈ કાંડભરી યુવતિનું જીવન બરબાદ કરવા માંગતો નથી. ડોક્ટરોની શી વારંવાર ભરી શકાય એવી મારી સ્થિતિ નથી.

જવાબ : એપી રોગની ભીતિથી એક કાંડભરી નવયૌવનાના અભિલાષો કચડી નાખવા માંગતા નથી તે વિચારો પ્રશંસનીય છે. ધણાય એવા પુરૂષો-યુવાન અને વૃદ્ધ-પડ્યા છે કે જેને યૌવનાની કાયમની ભૂખ હોય છે અને પોતાને ખમર હોય છે કે એપી રોગ છે તોય તે મોહ છોડી શકતા નથી અને પોતાની સાથે તે સમયી નવયૌવનાના જીવનની પણ બરબાદી કરે છે. તમે પોતાની જાતને નિરોગી જણાવો છો અને સાથે સંયમી. કાંઈ એપી રોગવાળાનું ઘોતીયું કે પાટલું તો પહેર્યાં નથી ને ? પરંતુ ઘણે ભાગે તેમ નહિ હોય. નસોમાં લોહીના ભરાવાથી કે એક બાજુ વધારે વજન પડવાથી એમ થાય છે અને એક વાર તેમ થયા પછી દરકાર રાખવાની જરૂર છે. તેને માટે થોડું ધણું આગળ ઉપર કઢી ગયો છું. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણેનો લંગોટ તૈયાર કરી પહેરો. લંગોટ સખ્ત ન હોવો જોઈએ એ ધ્યાનમાં રાખજો. ઉપરાંત આંતરડાં સ્વચ્છ રાખવાની જરૂર છે. નિયમિત સ્નાન કરી શરીર સાફ રાખો. બંધકાષ કઢી પણ ન થવા દેશો. બહુ ખર્ચાળ ડોક્ટર પાસે જવાની જરૂર નથી. સાધારણ તપાસે માલમ પડશે કે બીનલોભી ડોક્ટર કાણ છે. અને જો બીજી વાર સોજો દેખાય તો તેની સલાહ લેવી સારી છે.

૧૦૬. સવાલ : હું એક યુવાન છું. હસ્તદોષને પરિણામે મારા વૃષણ ક્ષીણ થયા છે. એક ડોક્ટરે મને કાર્બિક દવાઓ આપવાનું કહ્યું

અને લાંબો વખત ચાલુ રાખવાનું કહ્યું. તે સત્ય કહે છે કે કેમ તે વિષે મને શંકા છે. એવો કાંઈ ઉપાય કહેશે કે જેથી વૃષણ પૂર્વ પ્રમાણ પકડે અને તેનો પ્રવાહી ચાલુ રહે. હવા એક મહિનો લીધી હતી પરંતુ કાંઈ ફાયદો થયો નહિ. એક વર્ષમાં હું લગ્ન કરવા વિચાર રાખું છું અને તે પહેલાં મારી તંદુરસ્તી સુધારવા માગું છું. વીટામીન ઇ (E) થી કાંઈ ફાયદો થશે ?

જવાબ : હસ્તદોષથી વૃષણ ક્ષીણ થવા ઉપરાંત ઢીલા થાય છે. વૃષણની ગોળીઓ તદ્દન ક્ષીણ થઈ જાય તો નપુંસકતાની નિશાની છે. પરંતુ તમારા પ્રસંગમાં તેમ નથી. તમને ખાસ જણાવવાનું એ કે હસ્તદોષની ટેવ એકદમ છોડી દેવી અને તાજો ખોરાક અને લીલોતરી ખાવી. ત્યારબાદ છ સાત મહિનામાં તમે પરિણીત જીવન ગાળવા શક્તિમાન થશો.

૧૦૭. સવાલ : સીંધના.....ગામમાં હું રહું છું. ઉનાગામાં વૃષણ ઢીલાશ પકડે છે અને યુવાની છતાં સ્ત્રી-સંબંધની ઇચ્છા કમી રહે છે. મને કાંઈ કુટેવ નથી.

જવાબ : ગરમ ઋતુમાં સ્ત્રીસંબંધ ઓછોજ રહે છે. અને સીંધ જેવા પ્રદેશ અને ખાસ કરીને રણની પાસેના તમારા ગામમાં તમને તે વધુ અસર કરે. Heat expands & cold contracts નો સિદ્ધાંત મનુષ્ય અને અન્ય પ્રાણીને પણ લાગુ પડે છે. વસંતઋતુ ગયા બાદ ગરમીને અંગે અને વસંતના ઉપભોગ બાદ સ્વભાવિકજ મંદતા આવે છે. બહારની ગરમી વૃષણને વધુ અસર કરે છે અને વૃષણને વારંવાર બહારની અતિશય ગરમી લાગુ પડે તો વીર્ય પાણી જેવું થઈ જાય છે. અતિશય ઠંડીમાં પણ અકુદરતી ગરમી (અંધ ઓરડો, કે વરાળ વગેરે સિવાય પણ વાસના થીજી જાય છે. ઠંડીમાં વૃષણ નાના થાય છે. સ્નાન કર્યા પછી પણ સંકેતીત માલમ પડે છે. આ એક ખાસ જાતના વૃષણના સ્નાયુઓને (Cremaster muscle or dartos tunic) કોઈ પણ વધુ પડતી હવામાનમાં વીર્યજંતુઓ જીવી શકતા નથી. તેને પ્રમાણસર હવામાનની જરૂર છે. ઠંડીમાં અંધ ઓરડો અને સ્ત્રીપુરુષનું નજીક શયન પુરતી ગરમી લાવી રહે છે અને

વાસના પ્રેરાય છે.

લગભગ ધણુ ખરા અંચળવાળા પ્રાણીઓના (Mammals) નરમાં વૃષણ ઘટતાજ રહે છે. ભાગ્યે જોલ જેવા પ્રાણીઓમાં વૃષણ શરીરની અંદર પેટની નીચે રહે છે. બાકી બીજા ધણુના વૃષણ શરીરની બહાર રહે છે. વૃષણની અંદરની ગરમી (Temperature) ૨ થી ૧૨ ડીગ્રી શરીરની ગરમીની નીચે હોય છે.

મનુષ્યમાં સાતમાથી નવમા મહિનામાં ગર્ભાશયમાંજ વૃષણ શરીરની અંદરથી છુટા પડી બહાર નીકળે છે. કહેવાય છે કે આદિ પુરુષોનાં વૃષણ શરીરની અંદર પેટની નીચે હતાં. પરંતુ તેના દોડવા વગેરેના વ્યાયામને અંગે તે નીચે ઉતરી પડ્યા અને પછી વંશપરંપરા સ્થિતિ કાયમ રહી. તેને કંઈ ખાસ આધાર નથી.

કેટલીકવાર બને છે કે વૃષણ બાલકના જન્મ બાદ થોડે મહિને નીચે આવે છે. વૃષણની કાયળીઓ તો ગર્ભસ્થાનમાં પહેલાંથી જ ઉદ્ભવે છે. પણ ગોળીઓજ પાછળથી સાતમા મહિના બાદ નીચે ઉતરે છે. પરંતુ જ્યારે યુવાની સુધી વૃષણના સ્નાયુઓ નીચે આવતા નથી ત્યારે નરજાતીય-તત્વના પરમાણુની દ્વાથી કે કોઈવાર શસ્ત્રક્રિયાથી વૃષણ નીચે ઉતારવા પડે છે. વૃષણ સ્નાયુ નીચે ન ઉતરે તો પુરુષ નપુંસક રહે છે અને પ્રમાણ કરતાં વધુ ન્હાના વૃષણ અને સ્નાયુવૃષણ નપુંસકતાની નિશાની છે.

ગોળીના ભાર (સ્નાયુ) ને અંગે વૃષણ ખાસ લટકી પડતાં નથી કારણ કે વૃષણમાં એક મજબુત જાતના દોરડા જેવા સ્નાયુઓ છે જે વૃષણને ટેકવી રાખે છે.

આ ઉપરાંત ઠંડીને અંગે કે પરસેવાના પ્રાણીની ઠંડી બાદ (ઉનાળામાં) વૃષણ સંકોચાય છે અને ઉપર ઉંચકાય છે. જ્યાં ગરમી લાગે છે અને ઉષ્ણતા સપ્રમાણ બનતા સુધી રહે છે (Scrotum act as a true temperature regulator). બહુ ઠંડી કે ગરમીને માટે મેં અહીં જ આગળ જણાવ્યું છે. આ ઉપરાંત વૃષણ આસપાસ બહુ ગરમ કપડાં પહેરી રાખવાથી વીર્યને

અસર થાય છે. વારંવારના ગરમ પાણીનાં સ્નાન પણ ફાયદાકારક નથી. જંઘા ખજવાળવાથી પણ વૃષણના સ્નાયુઓ જરા ઉપર ખેંચાય છે. વૃષણમાં બધેજ શીરા અને સ્નાયુઓને અંગે રકતનો વધુ ભરાવો રહે છે અને સ્પર્શની અસર થાય છે.

કાંઈ વાગવાથી, લાત વાગવાથી કે પડવાથી પણ વૃષણ પર કંઈ દુઃખાવો, સોજો થાય છે કે વૃષણ ઉપર ચઢી જાય છે. વૃષણની ઉપરના સ્નાયુઓ પેટની નીચે હોય છે તે વૃદ્ધાવસ્થા કે વારંવારના લાંબા હસ્ત-દોષથી નીચે ઉતરી જવાનો ભય રહે છે એટલે પુરુષોએ Suspender નો ઉપયોગ ચાલુ રાખવો. લંગોટ કરતાં Suspender વધુ પસંદ કરવા યોગ્ય છે.

૧૦૮. સવાલ : ૧૯ વર્ષનો હું યુવાન છું. થોડા વખતમાં લગ્ન થવાનાં છે, પરંતુ મારું જમણું વૃષણ ધણું વધી ગયું છે અને ડાબા કરતાં લગભગ આઠ ગણું મોટું છે. હસ્તદોષની ટેવને લીધે તો આ ન હોય ? વધુ કામ કરવાથી કે વજન ઉંચકવાથી આમ ન બન્યું હોય ? કીકેટનો મને શોખ છે અને એક વાર બોલ ત્યાં લાગી ગયો હતો. જ્યારે એકાંતમાં અંધારામાં વૃષણની પાછળ બત્તી ધરું છું (બેટરી) તો પ્રકાશ આગળ દેખાય છે. હોસ્પિટલમાં ગયા સિવાય ખીજે કાંઈ ધલાજ છે ? વધુમાં, પ્રેમપ્રસંગ પણ નજીક આવે છે.

જવાબ : તમારા વૃષણની આબુઆબુની ત્વચામાં પાણી ભરાય છે (hydrocele). તમને બોલ લાગવાથી આમ બન્યું છે. વૃષણની અંદરની ગોળીઓ પર આમ અસર લાગ્યે જ થાય (હા, જો વર્ષો જુનો રોગ થાય તો અંદરના સ્નાયુઓને થોડે વધતે અંશે અસર કરે છે) લગ્ન કરવામાં વાંધો ન આવે. આને માટે ડોક્ટરો પાસે પોલી સોયો હોય છે જેથી વૃષણનું પાણી કાઢી નાખે છે અને આ વિષયનો સાધારણ જાણકાર ડોક્ટર તે કરી શકે. કદાચ થોડા મહિના પછી ફરીથી પાણી કઢાવવું પડે અને ઇશ્વરકૃપા હોય તો ફરીથી પાણી ન પણ ભરાય. પરંતુ પાણી જલદી કઢાવી નાખજો, ડોક્ટરો પાસે આ પાણીનો પ્રવાહ તપાસવાની ખાસ ટ્યુબ (Viewing tube-by trans-illumination method) આવે છે. તેનાથી પહેલાંથી

તપાસાવી સોય મુકાવળે કે જેથી યોગ્યસ્થાન ડોકટર જાણી શકે.

હા ! બીજું કહી દઉં. તમને નથી લાગતું કે તમે આજના બેકારીના જમાનામાં ઘણી વહેલી વયે લગ્ન કરવા ઇચ્છા રાખો છો ? તમારી ભવિષ્યની પત્ની ૧૪ થી ૧૬ વર્ષની હોય તો તેને માથે પણ આટલી નાની વયે મહત્વની જવાબદારી નાખવી ઈષ્ટ નથી. તમારે પોતાએ (પિતાની સંપત્તિથી સ્વતંત્ર) કમાવાની અને પોષવાની શક્તિ ધરાવ્યા બાદ લગ્નનો વિચાર કરવો એ મને વધુ ઇષ્ટ લાગે છે. તેટલો વખત સંયમ રાખી દ્રવ્યોપાજ્ઞની શક્તિ મેળવો. તમારી ભવિષ્યની પત્નીને કે પિતાને તે તમે કહી શકો છો અને સંબંધ કાયમ રહે માટે વાગદત્ત (વિવાહ) થઈ થોડા વર્ષ બાદ લગ્ન કરી શકો છો. પરંતુ એ તમારી બુદ્ધિ પર છોડું છું. સંતતિ નિયમન કરશો. બેકાર અને પરાધીન દેશે-અને જ્યાં વસ્તી કુદકે અને જુસકે વધતી જાય છે ત્યાં-સંતતિ નિયમનની ખાસ જરૂર છે. તમને ખબર છે કે આજથી ૧૦૦ વર્ષ પહેલાં હિંદની વસ્તી ૧૮ કરોડ હતી, આજે તે ૪૦ કરોડ છે.

૧૦૯. સવાલ : વૃષણ કપાવી નાખવાથી પુરુષની શારીરિક અને માનસિક દશામાં શું ફેરફાર થાય છે ? વાસના દૂર થાય કે બીજા કાંઈ ફેર પડે ? વૃદ્ધત્વમાં હું શરીરે સશક્ત અને તંદુરસ્ત રહેવા માગું છું. આ ઉપરાંત મને વારંવાર સ્ત્રી સંબંધની ઇચ્છા થાય છે. અને પરસ્ત્રીઓને પણ હું સારી રીતે ઓળખું છું. અમને બે બાળક છે અને પત્નીને હવે ઇચ્છા નથી.

જવાબ : વૃષણ કપાવવાથી (Removal of both testicles) અવાજમાં ફેર પડે છે. દાઢી ધીમે ધીમે આવતી બંધ થાય છે. શરીરની ત્વચા અને માંસાલતા સ્ત્રી જેવી કામળ થતી જાય છે. સ્ત્રીના શરીર જેવો થોડો ઘણો ઘાટ થાય છે. તે પ્રમાણે સ્વભાવમાં પણ ફેર પડે-જેમ ગર્ભાશય કઢાવ્યા પછી સ્ત્રી સ્વભાવે કઠોર થતી જાય છે તેમ-સખત કામ કરવાની ઇચ્છા ન રહે. સંબંધની ઇચ્છા ન રહે એ તો સ્વાભાવિક જ બને. આવા ચિન્હવાળા પુરુષને વૃષણ નથી કે કપાવી નાખ્યા છે અગર એકદમ ક્ષીણ થઈ ગયા છે એ સમજી લેવું. તે સ્ત્રીસંગને લાયક રહેતો નથી.

હોંશીયાર ડોક્ટરો હોય તો તમારી જીંદગીને ભય નથી. પરંતુ મોટી વયે કરાવવું સાફ નહિ. નાની વયે તે વધુ સહેલાઈથી કરી શકાય છે. રોગી કે બદમાશ પુરુષ સિવાય (ખરાબ સંતતિ થાય માટે) વૃષણ કપાવવાની હું હિમાયત કરતો નથી. કાંઈ પણ સારો ડોક્ટર તેને કપાવવાની સલાહ નહિ આપે. તમારી પત્ની કહે છે એના કારણમાં: (૧) તમારો અતિકામી સ્વભાવ અને એનો મંદકામ. પણ તમે બંને પાછળથી પસ્તાવો કરશો ત્યારે ધણું મોડું થઈ જશે. તમારે પરસ્ત્રી સંબંધ બાંધવો યોગ્ય નથી. વિચાર માંડી વાળો અને નિયમિત જીવન ગાળો અને મોટી વયે પણ શક્તિ ટકી રહેશે.

૧૧૦. સવાલ : જીંધમાં પાસુ બદલતાં પુરુષ લિંગ અંદરના ભાગમાંથી તૂટી ગયું અને આને અંગે અંદર રકત સાવને લીધે એ ભાગ ધણો સુઝી ગયો છે. અને વળી ગયો છે. વૃષણ પણ મોડું થઈ ગયું છે.

જવાબ : This is a rupture of copora caveirisa i. e. spongy bodies in the organ. આ ઇળ સારો ડોક્ટર સુધારી શકશે. પરંતુ urethra તુટી ગઈ હોય તો તે સાધ્ય થવું મુશ્કેલ છે, અને લિંગ છેદન સિવાય ઉપાય નથી. આવી વખતે સારી ડોક્ટરી મદદ ન મળે તો જીંદગીનો ભય રહે છે.

૧૧૧. સવાલ : ૧૪ વર્ષની વયે મને વૃષણ ઉપર એક લાકડીનો ફટકો લાગ્યો. વૃષણની ડાબી બાજુ પર અને પેટની ડાબી બાજુ પર મને ખીલકુલ બાલ નથી જો કે જમણી બાજુ પર છે જ્યારે લાંબે ચાલવામાં આવે છે ત્યારે વૃષણમાં દુઃખાવો થાય છે જો કે સોજો વગેરે કાંઈ નથી અને ખીજો કાંઈ ત્રાસ નથી આ નુકસાનકારક છે ? આનો ઉપાય શું ?

જવાબ : તમને વૃષણની શીરા પર ફટકો (Nerve disease) લાગ્યો છે અને તે અંગે તે બાજુએ બાલ ઉગતા નથી, તમારી ડાબી બાજુના વૃષણ (Triplia morted) ની શીરાને ફટકો લાગ્યો અને તે અંગે વૃષણ ક્રિયા કરતું અટકી ગયું અને પુરુષોચિત બાલ ઉગતા અટકી ગયા.

પણ તે કુટેવને અંગે સુખે ગાળી શકતાં નથી. આ ઉપરાંત અતિકામી પુરુષ કે અતિકામી પત્નીનો પુરુષ વૃષણુછેદન (Castration) કરાવવા માંગે છે. વધુ પડતાં બાળકો થયા બાદ અગર બાળકોને પોષવાની અશક્તિને અંગે પણ તે ધ્રુષ્ટ થઈ આવે છે. ઘરમાં બાળકો હોવાથી ન્યાં છુટાછેડા થઈ શકે છે તેવા કુટુંબોમાં પણ બાળકોને અંગે છુટાછેડા શક્ય બનતા નથી અને વૃષણુ છેદનનો ઉપાય લેવો પડે છે. (અગર ગર્ભાશયને દુર કરવાનો) અને મ્હોટાં બાળકોવાળા પુરુષો પરત્વેની ખ્યાલ કરતાં પહેલાં પણ વિચાર કરે છે. અને પત્ની મોટી વયે ગર્ભવતી થવા શરમાય છે તે અંગે છેદન કરવું પડે છે.

મનજીવ મગજનો માણસ કાંઈ ઇલાજ કરે છે પરંતુ દરેક કાંઈ તેવો હોતો નથી અને વૃષણુ છેદન માટે ડોક્ટર (Surgeon) પાસે જાય છે અને ડોક્ટરો સંપૂર્ણ ઇતિહાસ પૂછી અમુક કાગળો પર સહિ લઈ ઓપરેશન માટે તૈયાર થાય છે. ખીનલોભી ડોક્ટરો તંદુરસ્ત પુરુષને એવું ઓપરેશન કાંઈ ખાસ કારણ વગર કરવા તૈયાર નહિ થાય. ઓપરેશન કાંઈ ખાસ જોખમકારક નથી અને બહુ સમય પથારીવશ રહેવું પડતું નથી. ૪૦ વર્ષની વય સુધી આવાં ઓપરેશન કરવાની સલાહ નથી કારણ કે તે વય સુધી વૃષણુઅંડમાં વીર્ય—પુરુષકણુ—male sex hormones તૈયાર થાય છે અને માનસિક અને શારીરિક ખીલવણીમાં ઘણો અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. ૪૦ વર્ષની વય બાદ એ પુરુષકણુ એટલો બધો અગત્યનો ભાગ શરીરના બાંધામાં ભજવતા નથી પરંતુ ધ્રુષ્ટા અને કામ કરવાની શક્તિનેજ અસર કરે છે. ટુંકામાં અંગ્રેજીમાં કહું તો ચાર પ્રકારના પુરુષો છેદન કરાવવા માંગે છે:—

(1) disensual (2) Confirmed masturbators (3) hopeless homosexualists. (4) married men not obtaining satisfaction and peace from sexual relations.

રોગી જેને સ્ત્રીસંગથી ખાસ દુર રહેવાની જરૂર છે તેને વૃષણુ છેદનની જરૂર છે. આ ઓપરેશનમાં બંને વૃષણુની અંદરની ગોળી બંને વૃષણુની બહાર એક એક સીધો કાપ મૂકી કાઢવામાં આવે છે. વૃષણુ પર ચેપ હોય કે કોઈ રોગી હોય તો જે વૃષણુ પર અગર રોગ

હોય તેને એકદમ કાપી કાઢવામાં આવે છે. પરંતુ સંતતિ નિયમન માટે કે તેની ઇચ્છા બેમાંથી કોઈને ન હોય તો હવે ખીજી જાતના ઓપરેશન Vascetomy-cutting or tying a piece at vas deferens થાય છે. આમાં એક નસ (spermatoc cord or Vas deferens) કાપીને બાંધી દેવામાં આવે છે. વૃષણના અંડ તેવાને તેવાજ રહે છે. પુરુષ પુરુષજ રહે છે. જો કે વીર્યજંતુઓ બહાર પડી શકતાં નથી. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે સ્ત્રીઓને પણ ગર્ભાશયની નળીઓ પર આવી રીતે જ શસ્ત્રક્રિયા કરી વંધ્યા કરવામાં આવે છે. કોઈ દવા સ્ત્રી કે પુરુષને વંધ્યત્વ લાવી શકતી નથી. તેવી દવા લેવા જતાં શરીરની પાયમાલી થાય છે. ઉપરનું ઓપરેશન જો કોઈપણ કારણને અંગે (રોગ, અતિગ્રન્થ, નબળાઈ વિ.) કરવા માંગતી હોય તેને માટે સાફ અને સલાહકારક છે. સરકાર મારફત દરેક રોગી નબળા મગજવાળા, ખુની ચોર, બદમાશ વગેરેને આવા ઓપરેશનની જરૂર છે કે જેથી તેવી ગ્રન્થ ન વધે. ગરીબ માટે સરકારે તેવી સગવડ કરવાની જરૂર છે કે બેકારી અને ભૂખમરો ન વધે, સ્ત્રી પર પણ ઓપરેશન કરી શકાય છે. બેકારી ભૂખમરો ગુન્હાનું કારણ ખાસ હોય છે. હિન્દની બેકારી મટાડવાનો આજ ઉપાય છે.

હા, ખીજું તમે કહો છો કે પહેલાં એ રિવાજ હતો. રજપુતો અને મુસલમાન રાજા કે બાદશાહો પોતાની રાણી કે બેગમની પવિત્રતાની ખાત્રી રાખવા વૃષણ કપાયેલા નપુંસક ચોઢીદાર રાખતા. દાસીઓ રાખતા, પરંતુ દાસીઓ રાણીને ખુશ રાખવા કોઈ બહારનો પુરુષ લઈ આવતી. પરંતુ નપુંસકો ભાગ્યેજ એવું કાંઈ કરતા અને રીતભાતમાં ધણા સખત રહેતા.

આફ્રિકામાં અને કોઈક દેશોમાં ચાલ હતો અને હજી કોઈ ઠેકાણે છે. લડાઈમાં હારી આવેલા પુરુષોના વૃષણો કાપી લેવામાં આવતા ને જંગલી રીતમાં તે છુંદી નાંખવામાં આવે છે. પરંતુ હોસ્પીટલોમાં વૃષણના અંડ કાઢી નાંખી વૃષણને સીવી લેવામાં આવે છે. કોઈ કોઈ ઠેકાણે એવો વહેમ છે કે બે વૃષણને લીધે જોડકાં બાળકો થાય છે તો ત્યાં પુખ્ત વયે એક વૃષણનો અંડ કાપી નાંખવામાં આવે છે (Semi

castration). પહેલાંના વખતમાં અંધ ધાર્મિક ખ્રિસ્તી પુરુષો પણ ધર્મ ભાવનાને અંગે (કારણ કે સ્ત્રીસંગ પાપ ગણવામાં આવતો) વૃષણ અંડ કઢાવી નાખતા. ઇજીપ્ત, ચીન અને હિંદમાં પણ અંડ કાઢવાનો રિવાજ થોડે ઘણે અંશે હતો. રોમમાં છોકરાનો મધુર અવાજ કાયમ રાખવા, તેના ચહેરો સુંદર રાખવા અગર દુરપયોગ માટે વૃષણ છેદન કરવામાં આવતું. વ્યભિચારીને વૃષણ છેદનની સજા થતી જેવી રીતે વ્યભિચારી સ્ત્રીની યોનિના પણ ફેટલાક ભાગો છેદન (Mutilation) કરવામાં આવતા. અમેરિકા અને યુરોપમાં ૧૮૭૦ સુધી એ રિવાજ ચાલુ હતો અને અમેરિકામાં સીદીના જે કાંઈ ગોરી સ્ત્રી સાથેના સંબંધનો સહેજ વહેમ આવે એટલે એને આવી સખ્ત સજા કરવામાં આવતી અને પછી તે પુરુષને રીઝાવીને મારી નાખવામાં આવતો.

૧૧૪. સવાલ : સ્ત્રીના ખાસ રોગ વિષયે ટુંકામાં માહિતી આપશો તો આભાર થશે અને તે ઉપયોગી નીવડશે. ખાસ કરીને ગર્ભાશય ખસી જવાથી સ્ત્રીને સ્ત્રાવ, પ્રદર વિગેરે ઘણી તકલીફ થાય છે. સ્ત્રી હેરાન થાય છે અને તે પોતે શું પરંતુ સાધારણ વૈદ ડાક્ટરને પણ ખરી તકલીફની ખબર પડતી નથી. સ્ત્રાવ માટે અનેક કારણ છે.

જવાબ : આ વિષયે હું ત્હમને ટુંકામાં જણાવીશ. સાધારણ રીતે સ્ત્રી પોતાના રોગ અને ખાસ કરીને ગુપ્ત ભાગો અને સ્તન પ્રદેશના રોગ વિષયુપકીદી સેવે છે. તણાય છે ત્યાં સુધી તાણી રાખે છે. આ અંગે રોગ વધી જાય છે. અને ઘણીવાર સ્ત્રી પોતે કાંઈ ખુલાસો કરતી ન હોવાથી અગર આ અંગે ગુપ્તવણુ ભરેલા જવાબ આપવાથી સાધારણ ડાક્ટર કાંઈ કરી શકતો નથી. ઉપરાંત આજથી દશ વર્ષ પહેલાં આ વિષેનો સાચો શાસ્ત્રીય અજમાસ ઘણો થોડો હતો. 'શિષ્ટ શિષ્ટ' કરીને સમાજે આ ગુપ્ત રોગોને અને સડાને અંદરખાનેથી વધવા દીધો.

એક કુમારિકાને સ્ત્રાવ ન થવાથી વેદના થતી. એની માને પણ ખાસ તે વિષયની માહિતી નહિ, અને એમ જ સ્ત્રાવ ઠીક થઈ જશે, કેમ કહેવાય કહી ચલાવ્યે રાખ્યું. આમ બેદરકારી અને ગમે તેમ દવાઓથી

શરીર અગડ્યું. પહેલાં જે કમી સ્નાવ થતો તે છ વર્ષ બાદ કુમારિકા અવસ્થામાં જ સ્નાવ વધી ગયો, અને કુમારિકા એટલે સ્નાવ નીકળતાં પણ ત્રાસ થતો. એની બીજવાહિની નળી, અગડી ગાંધ હતી અને છેવટે ઓપરેશન કરવું પડ્યું, અને ગર્ભાશયનું મૂળ પહોળું કરી બીજવાહિની નળી કાઢી નાંખવી પડી.

સીડીલીસ કે એવા એપી રોગવાળા પતિની સ્ત્રીને પણ સ્નાવ વધુ રહે છે. આવી માને સંતાન થતાં એક ખાસ કાળજી લેવાની છે કે બાલક જન્મતા વાર તરત જ નર્સે કાળજીથી કારબોલીક લોશનથી આખું શરીર તથા આંખો ઘોઘ નાંખવી અને બરાબર તરત ઉપચાર કરવો (યોગ્ય લાગે તો સીલ્વર નાઇટ્રેટનો).

ગર્ભાશય ખસી જાય કે અંદર સોજો રહે તો પણ વારંવાર અતિસ્નાવ થાય છે.

ગર્ભાશય સહેજ અંદર જવાથી ધણીવાર માલમ પડતું નથી પરંતુ અતિસ્નાવ તેની નિશાની છે. કોષ્ટક વિષમ પ્રસંગોમાં ગર્ભાશય સ્નાયુ-બંધનોથી છુટી પડી ગુપ્તે ભાગોની બહાર નીકળી આવે છે. કોષ્ટકવાર આંતરડાના અંદરનાં બંધનો ઢીલાં થતાં પણ ગર્ભાશય પર બોજો આવી તેના સ્નાયુ ઢીલાં થઈ જાય છે. આ કારણથી સ્ત્રીઓને બંધકાશ ન રહેવો જોઈએ. અને આ જ કારણથી સ્ત્રીઓએ વધુ કસરત, ઘોડે-સ્વારી, બહુ વજનવાળી વસ્તુઓ ઉંચકવી. બહુ કુદાકુદ કે દોડાદોડ ન કરવી જોઈએ, અને તે ખાસ કરીને માસિક સ્નાવ, અતિસ્નાવ ગર્ભાશયનો રોગ, ગર્ભધારણા અને પછીના બે માસ સમયમાં નહિ જ. આ દરમિયાન સાદો જીલ્લાય (Mild purgative) લેવો અને સંબંધ ન કરવો. કોષ્ટક સ્ત્રીઓ ખોટા ખ્યાલથી પેટ નહાતું દેખાય તે માટે સખત પાટો બાંધે છે, પરંતુ આથી ગર્ભાશયને ઇજા થાય છે અને તે નીચે ઉતરે છે.

આજના વિજ્ઞાને ખસી જતા કે ખસતો ગર્ભાશય માટે એક ઉપાય કરેલો છે અને તે વિંટીના આકારની કે ન્હાના બારીક ખ્યાલાના આકારની અર્ધ ગોળાકાર ધાતુની પેસરીઓ. આ પેસરી ધણેભાગે સોના ચાંદી કે હાથીદાંતની બનાવવામાં આવે છે.

સ્ત્રીઓએ (અને પુરુષોએ) વસ્ત્ર ઢીલાં પહેરવા. સખત (tight) કપડાં કે બેડાં વગેરે તંદુરસ્તીને નુકસાન કરે છે. ખાસ કરીને કમ્બરે કસીને ચણીઆ પેટીકાટ કે પટાઓ પેહેરવા નહિ. પુરુષને અનુકરણ કરવા ન જવું.

દરદીએ સાદા ખોરાક લેવો અને બને ત્યાંસુધી પથારીવશ જ રહેવું. જેટલો આરામ તેટલો જલદી સુધારો. ગુપ્ત ભાગો કારબોલીક લોશનથી (ઠંડાપાણીના) સાફ રાખવા અને થાપા સુધી ઠંડા પાણીમાં બેસવું; ૧૦ થી ૧૫ મીનીટ દિવસમાં બે થી ત્રણચાર. શરદી માલમ પડે તો ન બેસવું. કામાનું લોશન પણ સાફ કામ આપશે. સોજે હોય તો પેસરી બેસાડતાં પહેલાં સોજનો ઉપાય કરવો.

ગર્ભાશયનો સોજો અંદરના ભાગમાં પ્રસવ કે ઋતુસાવ, વારંવારના કુશ, કે ઇન્જેક્શનોને આભારી છે. અતિ કસરત કે અતિ-સમાગમથી ધણા ગર્ભાશય વિકૃતિ પામી સોજે આવે છે. એને અંગે ઠંડી, તાવ, ઉલટી અને પિશાબમાં બળતરા થાય છે.

સોજા માટે—આંતરડાં સાદા જીલાબથી સાફ રાખવાં. સંપૂર્ણ આરામ. પરમેન્ટ પોટાશનો કુશ કોષીલા પાણીથી અને અંદરના ભાગો Belladonna Glycerine લોશનથી ધોવા.

દવા—Tincture aconite compound powder of Ipecan and opium with an infusion of Hops and Labalion or an infusion of belladonna.

પિશાબમાં બળતરા — Drink an infusion (ઉકાળો) of marsh Mallow and spearmint.

For Weakness — Sulphate of quinine 25 grains. Citrate of Iron (soluble) 35 grains, make into 24 parts (powders). Take one part three times a day after each meal in sweet syrup or milk if advised.

નડી સ્ત્રીને કોષ્ટક વાર ધીમે અને કોષ્ટક વાર એકદમ વધારે સ્નાવ થઇ જાય છે. અને અતિ સ્નાવનું કારણ શોધતાં ગર્ભાશયમાં

સોજ ઉપરાંત ગુમડું કે ગર્ભાશયની દીવાલો વધારેલી દેખાશે. આને અંગે અનુભવી તપાસ જરૂરી છે. આમાં X Ray અને Radium વપરાય છે પરંતુ તે મોંઘા પડે છે અને બીનઅનુભવી ડોક્ટર વાપરે તો નુકસાન કરે છે.

ઉપરાંત હસ્તકુટેવથી અંદર નખ વાગવાથી કે બહુ ધસારાથી યોનિમાં ન્હાતી નારંગી જેવડો રૂધીર અને પડ્નો ગોળ બાઝી જાય છે અને યોનિ કંદ કહે છે અને તે અંગે રક્ત વહે છે.

૧૧૫. સવાલ : આ અંગે કોઈ સાદા દેશી આયુર્વેદના ઉપાય હોય તો વિદિત કરશો.

જવાબ :

(૧) લીમડાની લીંબોળીઓ તથા દીવેલીઓને લીમડાના પાંદડાંના રસમાં ધુંટીને ગોળી બનાવવી. તે ગોળી ૨૦-૨૫ મીનીટ પ્રસવદ્વારમાં રાખવાથી યોનિશૂળ નરમ પડે છે.

(૨) ઈંદ્રજવ, અતિવિષ, સુંઠ, મરી, પીપર, બીલી, નાગમોથ, ધાવડીના પુલ એ સર્વને એકત્ર કરીને પ્રમાણસર ખાવાથી રક્તસ્ત્રાવ દૂર થાય છે.

(૩) કેતકીની જડ પાણી સાથે ધસી મેળવી પીવાથી પડતું રૂધીર બંધ થાય છે.

આનાં પ્રમાણ કે કોઈ પણ દેશી દવાનાં પ્રમાણ, શરીર બાંધો, રક્તસ્ત્રાવ વગેરે પ્રમાણે લેવાય છે. બાધક ઋતુ (કમીસ્ત્રાવ આવવો તે) અને વેદના માટે :

(૧) એક ટુંકે-ત્રિકુળા તોલો ૦૧, સિંધાલુણ વાલ ૨, મંકુર ભસ્મ વાલ ૨ થોડા દિવસ સેવન કર્યાથી ફાયદો થશે.

(૨) ઋતુના ત્રણ દિવસ તુલસીના મૂળને પાણી સાથે વાટી કે ધસીને પીવું. ત્યારબાદ એક તોલો મેથી તેના આઠ ગણા ગાયના દૂધમાં વાટીને સવારમાં એકવીશ દિવસ સુધી પીવું. બાધક વેદના ઉપરાંત આથી વધ્યત્વ પણ દૂર થાય છે.

(૩) આકડાનાં મૂળ વાલ ૨ તથા મરીનું ચૂર્ણ વાલ ૨ મેળવીને

એક અઠવાડિયું લેવું. આથી ઋતુ ખુલાસે આવશે. દસ્તાનના યિગાડને અંગે પેટમાં ગાંઠ બાઝી હોય તો પણ મટે છે.

(૪) યોગરાજ ગુગળનું સેવન એકથી બે મહિના કરવાથી ઋતુ ખુલાસે આવે છે. ગર્ભાશય સુધરે છે અને દાઝ દૂર થાય છે.

(૫) કપુર તથા શેકેલી હીંગ સરખે ભાગે મેળવીને ત્રેનું ચૂર્ણ કરી નિત્ય બે વાર લેવાથી બાધક વેદના નરમ પડે છે.

(૬) બાવળનાં કુમળાં લીલાં પાન વાટી ત્રેનું પાણી કરી સાકર નાખી પીવાથી ઋતુના દોષો મટે છે.

ઉપરની ઘણી ખરી દવા બીન ખર્ચાળ છે અને સારી છે.

૧૧૬. સવાલ : સ્ત્રીને સાધારણ રીતે માસિક આવ બંધ કઈ વયે થાય છે અને તેની કાંઈ નિશાની માલમ પડે છે ?

જવાબ : ઋતુસ્થાવ સાધારણ રીતે ૪૦-૫૦ વર્ષની વય દરમિયાન બંધ થાય છે. વારંવારની સુવાવડ અને વધુ સ્તનપાનથી અટકાવ વહેલો બંધ થાય છે. પુષ્ટ સ્ત્રીઓ અને સખત મહેનત કરનાર સ્ત્રીઓમાં પણ સ્થાવ વહેલો બંધ થાય છે. સાધારણ રીતે બંધ સમય આવતાં અટકાવ ધીમે ધીમે કમી થતો જાય છે અને મુદત લંબાતી જાય છે અને છેવટે એકદમ બંધ થાય છે.

કોઈને થોડા દર્દ કે કોઈને વધારે દર્દ સાથે તે બંધ થતો જાય છે. ગર્ભાશય, પ્રસવદ્વાર વગેરે સ્ત્રીના ભાગો આ સમયે સંકોચ પામે છે અને કરચલીઓ વળે છે. સ્ત્રી બીજ નવાં થતાં નથી. ઋતુસ્થાવની શરૂઆત પ્રમાણે કોઈ કોઈ સ્ત્રીને બંધ થતી વખતે પણ વેદના થાય છે. કોઈવાર માનસિક હાલત પર પણ અસર થાય છે. કોઈક સ્ત્રી આ વખતે પુષ્ટ થતી જાય છે અને ચરબી વધે છે. પાશ્ચાત્ય દેશોમાં આ દર્દ કમી કરવા સ્ત્રીઓ બીજના (Hormone-estrogenic) ઇન્જેક્શનો લે છે અગર તેવીજ પીવાની દવા લે છે. અટકાવ બંધ થતો હોય તે દરમિયાન સ્ત્રીને વાસના પણ કમી રહે છે. પરંતુ અટકાવ બંધ થવા બાદ વાસના કમી રહે છે એવું કાંઈ નથી. કોઈ કોઈ સ્ત્રીઓ ગર્ભની બીકે પ્રેમમાં સાથ આપી શકતી

ન હતી અગર મંદકામા રહેતી તેમની વાસના બળવાન થઇ જાય છે. ઋતુભાવ બંધ થયા પછી ગર્ભ ન રહે પરંતુ કોષકવાર કુદરતના વિચિત્ર ક્રાંટા પણ નોંધાયા છે. એક સ્ત્રીને ઋતુભાવ બંધ થયા પછી ત્રણ વર્ષે ગર્ભ રહ્યો અને તંદુરસ્ત પુત્ર અવતર્યો. જો કે ઘણો ભાગે ગર્ભ ન રહે.

આ ઉપરાંત એક વસ્તુ દરેક સ્ત્રી પુરૂષે ધ્યાન રાખી સમજી કુદરત તરફ કુદરતી વિચાર તરફ-હવા, અજવાળું, તડકો, સ્વચ્છ પાણી, શાંત નિદ્રા, સાફ દસ્ત, સ્નાન, નિયમિત વ્યાયામ અને નિયમીતતા તરફ વળો. ઠંડા કે ગરમ પીણાથી શરૂઆતથી દૂર રહો તો જીવન-પ્રભાત, જીવનમધ્યાહ્ન અને જીવનસંધ્યા પણ સુખી જશે.

૧૧૭. સવાલ : પ્રદર માટે કોઈ ખાસ ઉપાયો છે ? આજની પ્રજા કેવી નબળી માલમ પડે છે ?

જવાબ : ઘણું ખરું આગળ જણાવ્યું છે તે કુદરતી અને સાધારણ ઉપચારો લેવા. બંધ કોષ ન રાખવો. ફટકડી અને ફે ગ્રામ લીલી કે સુકી ચાહના લોશનની પિચકારીઓ દિવસમાં ત્રણ કે ચાર વાર આપવી. અગર ૩ Drms. Tanic Acid અને ૧ oz. Alum એના લોશનની પિચકારી આપવી. પુરતી નિદ્રા અને સમુદ્ર સ્નાન પણ ઉપયોગી છે. ઉકાળેલા અને ઠંડા પાડેલા ગાયના દુધથી ગુપ્ત ભાગો ધોવા.

પ્રવાહ વધુ પડતો કે વધુ દુર્ગંધ મારતો હોય (Cold, Pregnancy કે Abortion ને અંગે) તો : (દવા) Tincture of Alves 2 ozs. Muriated Tincture of Iron 4 drams with 35 drops of water, 3 times a day. સાધારણ પ્રવાહ માટે આપણે, લોહભસ્મ આપીએ છીએ. તેમ અંગ્રેજ વૈદ્યકમાં Muriated Tincture of Iron 20-25 ટીપાં પાણીમાં અપાય છે કે એવીજ લોહની બનાવટ.

૧૧૮. સવાલ : કુમારિકાને પણ કોઈ વાર પ્રદર થયો સાંભળ્યો છે. એનાં ખાસ કારણો બીજાં શું હશે ?

જવાબ : કુમારિકા કે ન્હાની બાળાઓને કોઇવાર પ્રદર માલમ પડે છે તે કુમારિકા પ્રદર કહેવાય છે. કાંઈ સ્ત્રીના ચેપથી, ગુપ્ત રોગના ચેપથી અતિશય તે ભાગે સાફ કરવાથી કે હસ્તદોષથી એ રોગનો સંભવ રહે છે. માટે પુરતી કાળજી રાખવી.

અતિશય બકારામાં રહેવાથી, પિશાબમાં દાહ બળવાથી, કૃમિ (કરમના) જંતુઓથી, (યોનિ અને ગુદા) ગંદા રાખવાથી પણ પ્રવાહી વહે છે. ગુદાના જંતુઓ (Periworm from rectum) યોનિમાં પાછળનો ભાગ કે બે ભાગની વચ્ચેનો સાંધો અસ્વચ્છ રહેવાથી પાછળના જંતુઓ યોનિમાં દાખલ થાય છે. અને રોગનું ધર કરે છે. માટે શૌચ આદ્ય દરેક કુમારિકા સ્ત્રીએ મળ ખરાબર સાફ કરવું અને તે ખરાબ હાથ યોનિને ન લાગે તે ધ્યાન રાખવું. આ અંગે અને બીજા ઘણા કારણને અંગે કાંઈ નહિ તો અઠવાડીઆમાં બે થી ત્રણ વાર પરમેન્ટેડ પોટાશ ના લોશનથી ભાગ સ્વચ્છ રાખવા. ન્હાની બાળાઓએ પણ ઠંડી કે શરદીવાળી જગ્યામાં ન બેસવું. બળાત્કારને અંગે કે પ્રસવને અંગે અને અતિશય સંયોગ વગેરે અસાધારણ કારણોને અંગે પણ પ્રદર લાગુ પડે છે. પ્રદર એ સંભાળ સિવાય તો ખરાબ રોગ છે માટે પહેલાંથીજ કાળજી રાખવી અને તરતજ ચાંપતા ઇલાજ લેવા.

૧૧૯. સવાલ : આ અંગે કોઈ સાદી આયુર્વેદની દવાઓ હશે ને ?

જવાબ : દવા ઘણી છે; પણ થોડી ટુંકમાં જણાવું છે. પ્રમાણ વય, બાંધો અને રોગ પ્રમાણે તપાસ કરીને લેવું.

(૧) રસાંજન અને તાંદળજના મૂળનું ચૂર્ણ મધ અને ચોખ્ખાના ધોવડામણ સાથે પીવાથી અતિ વહેલો પ્રદર અટકે છે.

(રસાંજન—દાડહળદરના ક્વાથમાં બકરીનું દુધ ચોથે ભાગે નાંખી ક્વાથ જડો થતાં સુધી ઉકાળીને સુકવવો. રસાંજન ૦ા તોલો તાંદળજનું મૂળ ૦ા તોલો.)

યોનિશૂળ માટે—ઈંદ્રવારણના મૂળને વાટીને બકરાના ધી સાથે યોનિના ઉપરના ભાગમાં લેપ કરવો. તા. ક.—લેપ અંદરના ભાગમાં

ન લાગે તેવી ખાસ કાળજી રાખવી. નહીં તો રક્તસ્ત્રાવ વધે છે અને ગર્ભ પડવાની પણ ખીક રહે છે.

(૩) મધનું પાણી કે ચોખ્ખાનું ધોવડામણુ લેવાથી પિશાબમાં બળતરા કમી થાય છે.

પ્રદર મટે :— (વધુ ઇલાજો)

(૧) ગોખરૂનું ચૂર્ણ ધી તથા સાકરમાં ચાટવાથી.

(૨) લીંબડાની અંદર હાલનો રસ કાઢી તેનો ઉકાળો કરી તેમાં જીરૂ નાંખી પીવાથી.

(૩) ઘોળી સુખડ તો. ૧, સાકર તો. ૨ ત્રેની ખારીક ભુકી કરી, ૨૪ ભાગ કરવા અને એક એક ભાગ ચોખ્ખાના ધોવરામણુમાં મધ સાથે લેવો.

(૪) લીલા આંબળાનો રસ મધ સાથે મેળવીને પીવાથી અથવા સુકા આંબળાનું ચૂર્ણ મધમાં ચાટવાથી.

(૫) નાગકેસર તો. ૦૧ હાથમાં વાટીને ૦૧ શેર હાથમાં મેળવીને પીવાથી.

(૬) તજેલો ગુંદર સાકર સાથે મેળવી તે દુધમાં પીવાથી અથવા ગુંદરનો પાક ખાવાથી.

(૭) દહનાં મૂળીયા વાટીને ચોખ્ખાના ધોવરામણુમાં સાકર તથા મધ મેળવીને પીવાથી.

(૮) વાંસ કપુર, એલચી, બદામ, ગજાસત્વ તથા સાકર સરખે ભાગે લઘ રોજ ૦૧ તોલો ૦૧ શેર દુધમાં લેવાથી.

(૯) તાંદલજની તાજી ભાજીના મૂળીયામાંથી જે તોલા રસ કાઢી એક તોલો સાકર સાથે લેવાથી ઘોળો પ્રદર મટે છે.

(૧૦) દાડમની હાલને હાયામાં સુકવી ત્રેનું ખારીક ચૂર્ણ કરી રોજ ૧ તોલો ચૂર્ણ ૨ તોલો સાકર મેળવી ઠંડા પાણીમાં લેવાથી લાલ પ્રદર મટે છે,

૧૨૦. સવાલ : દવા દેશી સારી કે વિલાયતી ?

જવાબ : જેવી જેવી માન્યતા. પરંતુ જે દેશના મનુષ્યો હશે તે જ દેશની વનસ્પતિ વધુ ફાયદો આપશે. દેશી દવા ધીમું પણ સચોટ કામ આપે છે. ઈંગ્લેન્ડ અને વિલાયતી દવાનો મોહ છોડવો જોઈએ. ઉપરાંત જે આપણા વૈદ્યો અને દવા બનાવનારાઓએ જનતાનો મોહ ટાળવા જરા પ્રયત્નથી અને જાતમહેનતથી કામ લેવું જોઈએ. દવામાં જરા સ્વચ્છતા લાવવી જોઈએ. દવા પડીકા અને શીશીઓ અને તેની પેકીંગ સુંદર અને સુધડ કરવા મહેનત લેવી જોઈએ. પોતાને કે દરદીને બેસવાની જગ્યા સુધડ જોઈએ. ખુરસી, ટેબલની જરૂર નથી. પરંતુ સ્વચ્છ જાળવે કે સ્વચ્છ ગાદી તકીયા જોઈએ. તેમના મકાનો પણ સ્વચ્છ જોઈએ, અને કામ કરનારા માણસો પણ.

૧૨૧. સવાલ : બે ત્રણ બાબતો ટુંકામાં જાણવાની ઇચ્છા છે. એક તો સ્તનની તંદુરસ્તી વિષે થોડી માહિતીની દરેક સ્ત્રીને જરૂર છે.

જવાબ : સર્વમાન્ય સિદ્ધાંત આને લાગુ પડે છે. સ્ત્રીએ શરીરના દરેક ભાગની જોડે સ્નાન વખતે સ્તન ઉપર નીચેથી સાફ રાખવા, અને બરાબર ટુવાલથી ધસીને લુછવા. છાતીની ઉપર સ્તનની નીચેના ભાગમાં મેલ બાઝી જાય છે તે ન થવું જોઈએ. વધુ વખત જામતા જતાં આ મેલથી ચામડીનો રોગ થાય છે. ન્હાવાની બંધ જગ્યા દરેકને ત્યાં હોતી નથી. તો તેની જગ્યાએ કાંઈ નહિ તો એવી ધરની ટ્રાઇ બંધ જગ્યા અગર ચોકવાળી ઓરડી પસંદ કરવી અને ત્યાં સ્વચ્છતાથી ગુમ ભાગ અને સ્તન બરાબર સાબુ અગર અરીઠા અને સોડાના પાણીથી ઘોઈ નાંખવા. કાંઈ નહિ તો સ્તન તો ગરમ પાણીમાં બોળેલા કપડાંથી પણ ઘોઈ નખાય છે. બાળકને ધવડાવતા પહેલાં આવા કપડાંથી સ્તન બરાબર સાફ રાખવા જોઈએ—ખાસ કરીને દોંટડાઓની વધારે કાળજી રાખવી.

કાંઈ જાતનો ચેપ લાગ્યો હોય અગર ફાલ્સીઓ થઈ હોય તો બાળકને ધવડાવવું નહિ. અસ્વચ્છ કે રોગી હાથ સ્તનપર લગાડવા કે લગાડવા દેવા નહિ. રોગી કે અસ્વચ્છ મુખવાળા પ્રતિને તે જગ્યાપર આલિંગન કે ચુંબન કરવા દેવું ન જોઈએ સ્તનમાં દુધ લાવવા માટે

સત્વવાળા ખેરડિા—ચરખીવાળા નહિ—જેવાં કે લીલોતરી શાકભાજી, ફણગાવાળું કઠોળ, કાંદા, લસણ, બાજરી કે જીવારનો રોટલો દહીં કે છાશ સાથે. થોડો વ્યાયામ અને સ્વચ્છ હવા ઠીક પડશે. આમાં જાહેરખતરીયા કે ખર્ચાળ દવાની જરૂર નથી. સશક્ત તંદુરસ્ત અને શૂર સંસ્કૃત સ્ત્રી સુંદર માતા થઈ શકે છે એનું ધાવણ એવાજ બાળકને પ્રકટાવે.

૧૨૨. સવાલ : ગુપ્ત ભાગ પર સ્ત્રીપુરુષને આવતી ચેળ ધણી વાર મૂંઝવણ અને અશિષ્ટતાનું કારણ થઈ પડે છે. તે તેનો ઉપાય શું ?

જવાબ : ધણે ભાગે આ માટે ગુપ્ત ભાગ પર થતા બાલ તેમજ ગુપ્ત ભાગની અસ્વચ્છતા કારણરૂપ થઈ પડે છે. સ્તનની નીચે જેમ મેલ બાઝે છે તેમ પુરુષને વૃષણ અને લિંગ નીચે કચરો બાઝે છે તેા તે સાફ રાખવાની અને લુછવાની જરૂર છે. સ્ત્રીપુરુષને સાંધા ઉપર અને આગળ અને પાછળના બંને ભાગોના જોડાણ આગળ મેલ બાઝે છે તે સાબુથી સાફ કરવાની જરૂર છે. ગુપ્ત ભાગના બાલ તથા ગુપ્ત ભાગો અઠવાડીઆમાં એકવાર કારખોલીક સાબુથી સાફ કરવાની જરૂર છે. ગુપ્ત ભાગના બાલ બહુ વધવા દેવા ન જોઈએ. મોટા બાલ બરાબર વારંવાર સાફ ન થવાથી એમાં બેમાલુમ મેલ થાય છે અને તે મેલ ગુપ્ત ભાગ કે વૃષણપર ફેલાઈ જાય એટલે ચેળ વધુને વધુ આવે છે. માટે ન્હાની કાતરથી વારંવાર બાલ કાપતા રાખવાની જરૂર છે. બાલ કાઢવાના પાવડર કે તેવા સાબુની લપમાં પડવું નહિ. અહિં સુગંધીદાર સાબુની જરૂર નથી. કારખોલીકજ સારો પડશે ચામડી આળી પડતી હોય તેા કારખોલીકથી ઘોષ સ્વચ્છ વેસેલીન અગર સાફ કોપરેલ ધસીને ચોપડવું. ખરજવા વગેરે માટે તેા ત્વચારોગની દવા લેવી. ત્વચારોગ સ્વચ્છતા અને તે ભાગ પર પડતાં સૂર્ય પ્રકાશથી દૂર થાય છે.

૧૨૩. સવાલ : સારા ધરના બાળકમાં પણ બદી દેખાય છે તેનું શું કારણ ?

જવાબ : આ વિષે આગળજ આવી ગયું છે. જન્મ બાદ પડતા સંસ્કાર અને આજીવનનું વાતાવરણ અગર કોઈક વખતે સારા કુટુંબની સ્ત્રી અનાચારે ચડી હોય તેા પ્રજા તેા બાપનેજ નામે ઓળ-

ખાય છે. અને ખરો ખાપ તો ફક્ત માજ જાણે. નોકર ચાકરના હાથમાં બાળઉછેર ન સોંપવું. કુમળા બાળક પર સારી કે માઠી અસર જલદી પડે છે. આપણે ગમે તેટલી એકતાની બાંધ પોકારીએ. સારી અને નરસી જાતનાં સ્ત્રી પુરુષોમાં અને પ્રજાઓમાં બિન્ન બિન્ન સંસ્કાર હોય છે. હલકા સંસ્કાર સુધારવા પેઢીઓ ને પેઢીઓ નીકળી જશે. આજની આર્યસંસ્કૃતિ હજારો પેઢીઓના પરિણામે છે. તે કાષ્ઠ હીન કુટુંબી કે આદિવાસીમાં તરત નહિ આવે. ઉલટું સારા કુટુંબના સંસ્કાર બગડશે અને અખાંડઓ વધશે. સંપત્તિ બદલે ભિન્નતા વધશે પોતાના બાળકોની માઆપે પૂરી કાળજી રાખવી. નહાનપણથી યોગ્ય ખાતર ખરદાસ્ત કરવી શરૂઆતથીજ સ્વચ્છતા, સૂર્યપ્રકાશ અને વ્યાયામમાં રાખેલું બાલક મોટાપણે પણ સુંદર થશે અને દવાની જરૂર નહિ પડે. બાલકનું પેટ (આંતરડાં) સાફ રાખવું જોઈએ. તેનામાં જલદી વિજ્ઞાતીય વિચારો પેદા ન કરવા જોઈએ. હલકા સીનેમાં, પુસ્તકો, ખરાબ સંગીત વગેરેથી તેને દૂર રાખવું. આદર્શ દંપતી પોતાના વ્યહવારથી ખરું દંપતી મુખ્ય સરજી શકે છે અને તેના સંસ્કાર પોતાના બાળકો ઉપર પણ પડે છે.

* સમાપ્ત *

સ્ત્રી પુરુષનો

પ્રેમ વિલાસ :

તે પુરુષના જાતીય જીવનના સમાગમની સત્ય કથાઓ કિંમત રૂ. ૪-૪-૦
પુરુષનો પ્રેમ : પુરુષના પ્રેમની વિવિધ રીતોને અનુભવી પ્રકારો રૂ. ૨-૮-૦
અન્ને નવાં પુસ્તકો આજેજ મંગાવી વાંચો.